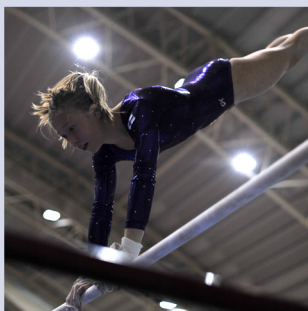


KIHUn julkaisusarja, nro 29
ISBN 978-952-5676-48-8 (PDF)



Outi Aarresola, Niilo Kontinen

Nuori Urheilija -tutkimus: 14-15-vuotiaiden yksilöurheilijoiden harjoittelu, urheilupolut ja mikroympäristö



**Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU
Jyväskylä 2012**

Nuori Urheilija -tutkimus:

**14–15-vuotiaiden yksilöurheilijoiden harjoittelu,
urheilupolut ja mikroympäristö**

Outi Aarresola, Niilo Kontinen
Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU

Copyright © 2012 KIHU

Kaikki oikeudet pidätetään. Tämän julkaisun tai sen osan jäljentäminen ilman tekijän kirjallista lupaa painamalla, monistamalla, äänittämällä tai muulla tavoin on tekijänoikeuslain mukaisesti kielletty.

ISBN 978-952-5676-48-8 (PDF)

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU, Jyväskylä 2012

SISÄLTÖ

SISÄLTÖ	2
TIIVISTELMÄ	3
1 JOHDANTO	4
2 MENETELMÄT	5
3 TAUSTATIEDOT	7
3.1 Syntymäkuukausi	7
3.2 Pituus ja paino	12
3.3 Asuinpaikka ja harjoitukseen kulkeminen	13
4 URHEILUN HARRASTAMINEN	16
4.1 Urheiluharrastamisen polut	16
4.1.1 DMSP-malli ja tutkimuksen teoreettiset urheilupolut	16
4.1.2 Yksilöurheilijat urheilupoluilla	18
4.2 Oman lajin harrastaminen ja harjoittelu	20
4.2.1 Urheiluseurassa aloittaminen	20
4.2.2 Harjoittelu	20
4.2.3 Kilpailutaso	23
4.2.4 Muut lajit ja harrastamisen esteet.....	24
5 SOSIAALINEN JA FYYSINEN YMPÄRISTÖ	26
5.1 Vanhemmat ja perhe	26
5.1.1 Vanhempien koulutustaso ja urheilunharrastaminen	26
5.1.2 Vanhempien osallistuminen ja vaikutus nuorten urheiluharrastukseen.....	27
5.2 Kaverit ja liikuntapaikat	29
5.3 Urheiluharrastukseen vaikuttajat	30
5.4 Urheiluharrastuksen merkitykset.....	32
6 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	34
LÄHTEET	38

TIIVISTELMÄ

Nuoriin urheilijoihin kohdistunut monitieteinen tutkimushanke käynnistyi Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksessa vuonna 2010. Tutkimushanke tarkastelee retrospektiivisesti nuorten urheilijoiden kehityspolkuja motivaation ja urheiluun sosiaalistumisen näkökulmista. Myös nuorten harjoittelua selvitetään. Tutkimushanketta rahoittaa opetus- ja kulttuuriministeriö.

Tutkimushankkeen ensimmäisessä vaiheessa lähetettiin postikysely nuorille urheilijoille. Kyselyyn vastasivat vuonna 1995 syntyneet lisenssiurheilijat jalkapallosta, jääkiekosta, koripallosta, yleisurheilusta, maastohiihdosta, taitoluistelusta ja telinevoimistelusta. Vastaaajia oli yhteensä 2522 ja vastausprosentti oli 21. Kysely koostui seuraavista aihekokonaisuuksista: taustatiedot, urheiluharrastaminen, sosiaalinen ja fyysinen ympäristö sekä psykologiset itsearvioinnit. Raportissa käsitellään kyselyn tuloksia, pois lukien viimeinen aihekokonaisuus. Tämä raportti keskittyy pääasiassa yksilölajien tuloksiin, joukkuelajeista on oma vastaava julkaisunsa.

Nuorten urheiluharrastamisen polkuja tutkittiin Côtén DMSP-mallin (Developmental Model of Sport Participation) avulla (ks. Côté, Baker & Abernethy 2007). Tarkoituksena on jäsentää nuorten urheilijoiden erilaisia harrastuspolkuja erityisesti lajivalinnan sekä kilpailemisen ja omatoimisen harjoittelun suhteen. Tarkasteltavia vaiheita oli kolme: varhaislapsuus, alakouluikä ja yläkouluikä. Tutkimuksen joukkuelajien urheilijoista 95 % oli yläkouluikässä valinnut päälajinsa. Yksilölajien urheilijoista 81,5 % oli yläkouluikässä valinnut päälajinsa. Yksilölajeissa lisenssiurheilijat eroavat kuitenkin selvästi toisistaan eri lajeissa: 13–15-vuotiaista taitoluistelijoista vain 11 % ja telinevoimistelijoista 17 % kilpaili päälajinsa lisäksi jossain muussa lajissa, tai oli vasta valinnut/valitsemassa päälajiaan. Hiihtäjistä samassa tilanteessa oli 65 % ja yleisurheilijoista 70 %. Kaikkiaan aineistossa muodostui lukuisia erilaisia polkuja, mikä on tärkeä huomio lasten ja nuorten liikuntaharrastusta koskevien toimenpiteiden kannalta.

Joukkuelajien urheilijat harjoittelivat kokonaisuudessaan (omaa lajiaan ohjatusti tai omatoimisesti sekä muita lajeja) keskimäärin 9–10 tuntia viikossa ja 6–9 kertaa viikossa. Yksilölajeissa yleisurheilijat ja hiihtäjät harjoittelivat keskimäärin 8–9,5 tuntia ja 6–7 kertaa viikossa, taitoluistelijat ja telinevoimistelijat 12,5–16 tuntia ja 8,5–11 kertaa viikossa. Tutkimukseen osallistuneet urheilijat eivät kokeneet suuria esteitä harrastamisessaan. Joka kymmenes uskoi lopettavansa harrastuksen ennen täysi-ikäiseksi tuloa. Urheiluharrastukseen liittyvistä tuloksista ilmenee, että joukkuelajien tulokset ovat pitkälti samansuuntaisia, mutta yksilölajeissa erottuvat nk. varhaisen erikoistumisen lajit ja myöhäisen erikoistumisen lajit toisistaan.

Nuorten sosiaalisessa ympäristössä vanhemmat ovat odotetusti merkittävä tekijä urheiluharrastuksen kannalta. Vanhemmat osallistuvat pääasiassa harjoitukseen ja kisoihin tai peleihin kuljettamiseen sekä kotikisojen ja pelien seuraamiseen. Nuoret myös itse listaavat vanhemmat tärkeäksi vaikuttajaksi, vaikka nuoruusiässä kaverit koetaankin hieman tärkeämmäksi. Lisäksi monen urheilijan vanhemmalla on kilpaurheilutausta, isillä useammin kuin äideillä, ja lähes puolet vastaajista ilmoitti sisaruksen harrastavan samaa lajia kuin he itse. Fyysisen ympäristön tarkastelussa ilmeni, että liikuntapaikoista eniten käytettiin kouluiässä ulkoliikuntapaikkoja ja lähiliikuntapaikat ovat tärkeitä. Harjoitukseen kulkemisessa autokyyti oli kaikkein yleisin yksittäinen kulkutapa.

Avainsanat: nuoret, yksilöurheilu, kilpaurheilu, sosiaalistuminen, harjoittelu

1 JOHDANTO

Kun keskustellaan nuorten urheilusta, voi aihetta lähestyä monesta eri näkökulmasta. Pohditaan sitä, mikä olisi paras mahdollinen tapa tukea lahjakkaita nuoria ja saavuttaa tietyn lajin huippu. Samalla kilpailullisuuden lisääntyminen ja drop out nostattavat tunteita. Koko suomalaisessa urheiluelämässä ja nuorten omissa elämänsäilyissä esiintyykin monia erilaisia tavoitteita, joita nuorisuurheilulle halutaan asettaa. Lähtökohtaisesti on tärkeää tunnustaa ja tunnistaa, ettei nuorista puhuttaessa ole kyse yhdestä homogeenisestä joukosta. Eri lajeilla on erilaiset toimintaympäristöt ja lajikultuurit, ja harrastamisen tapa vaihtelee. Yhden lajinkin sisään mahtuu monenlaisia harrastuspolkuja ja orientoitumisia, kuten tämän tutkimuksen tuloksista käy ilmi. Keskusteluissa tulee myös muistaa, että nuorten fyysiset ja kulttuuriset olosuhteet muuttuvat jatkuvasti: Urheiluseurassa harrastaminen on lisääntynyt, mutta toisaalta muu fyysinen aktiivisuus on vähentynyt. Perinteiset ydinperheet vähenevät ja sosiaaliset suhteet muuttuvat. Urheiluharrastus kilpailee nuorten vapaa-ajasta aivan toisenlaisessa tilanteessa kuin muutama vuosikymmen sitten.

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus KIHU käynnisti nuoriin urheilijoihin kohdistuneen tutkimushankkeen vuonna 2010. Tutkimushanke on laaja, monitieteinen kokonaisuus, jossa nuoria urheilijoita tarkastellaan monen eri tutkimusalan ja tutkimusaineiston valossa. Tarkoituksena on tutkia nuorten urheilijoiden kehityspolkuja motivaation ja urheiluun sosiaalistumisen näkökulmista. Tavoitteena on entistä paremmin selvittää niitä tekijöitä, jotka liittyvät nimenomaan nuorten urheiluun, ja tuloksia voidaan hyödyntää laaja-alaisesti urheiluseuratyössä ja nuorten valmennuksessa. Keskiössä on nuorten kilpaurheilu ja kohdejoukkona ovat järjestetyn urheilutoiminnan piirissä olevat nuoret (lisenssiurheilijat). Tutkimushanketta rahoittaa opetus- ja kulttuuriministeriö.

Tämä raportti on osajulkaisu, jossa käsitellään tutkimushankkeen ensimmäisen kyselyn tuloksia. Kyselyyn ovat vastanneet vuonna 1995 syntyneet eri lajien lisenssiurheilijat. Kyselyssä selvitetiin nuorten taustatietoja, urheiluharrastusta sekä sosiaalista ja fyysistä ympäristöä. Lisäksi käytettiin psykologisia itsearviointilomakkeita, joiden tuloksista raportoidaan muissa julkaisuissa.

Suomalainen urheiluelämä on 2010-luvun alussa muutosten edessä. Käynnissä on ollut ainakin kaksi suomalaisen urheiluelämän prosessia, jotka tarttuvat nuorten kilpaurheilun kysymyksiin: Nuoren Suomen käynnistämä Lasten ja nuorten liikkumisen ja urheilun kulttuuri 2020 -visioprosessi (kevät 2011) sekä Huippu-urheilun toimintatavan muutostyö (2010–2012). Raportti tarjoaa ajantasaista tietoa nuorten urheilusta sekä näiden prosessien tueksi ja jatkeeksi, että lajiliittojen omaan kehitystyöhön. Luonnollisesti kaikki nuorten urheilusta kiinnostuneet voivat löytää raportista jonkin itseään kiinnostavan aihekokonaisuuden ja käyttää tutkimuksen tuloksia työssään.

2 MENETELMÄT

Tutkimushankkeen ensimmäinen aineisto muodostui nuorille urheilijoille suunnatusta kyselystä. Kyselyyn sisältyi neljä aihekokonaisuutta:

1. Taustatiedot. Tässä osiossa selvitettiin vastaajien syntymäaika, pituus ja paino, asuinpaikka ja perhesuhteet.
2. Urheiluharrastus. Tämä osio keskittyy itse harrastamiseen – sen historiaan ja nykytilanteeseen. Harrastushistoriaa selvitetään erilaisten urheilupolkujen ja seurassa harrastamisen kautta. Nykytilanteesta tarkastellaan harjoittelua, kilpailemista, muita urheiluharrastuksia sekä urheiluvammoja. Urheiluvammoihin liittyviä tuloksia ei käsitellä tässä raportissa.
3. Sosiaalinen ja fyysinen ympäristö. Tämä osio tarkastelee niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat nuoren urheiluharrastukseen joko suoraan tai välillisesti. Sosiaaliseen ympäristöön kuuluvat erityisesti vanhemmat ja muu perhe, sekä myös kaverit. Fyysisestä ympäristöstä kiinnostuksen kohteena on erityisesti liikuntapaikkojen läheisyys ja niiden käyttö.
4. Psykologiset itsearviointit. Psykologisissa itsearvioinneissa kohteena ovat olleet nuoren urheilijan motivaatio, koettu pätevyys sekä psykologiset taidot. Psykologisen osion tuloksia ei käsitellä tässä raportissa, vaan niistä raportoidaan erikseen.

Postikysely lähetettiin kaikille 1995 syntyneille jalkapallon, jääkiekon, koripallon, taitoluistelun, telinevoimistelun, maastohiihdon ja yleisurheilun lisenssiurheilijoille. Kyselyt lähetettiin kevätkesällä 2010, joten vastaajat olivat vastaamishetkellä 14–15-vuotiaita. Postituslistat saatiin lajiliitoista. Lisenssitiedot ja kyselyvastaukset tulivat vain tämän tutkimuksen käyttöön, ja niitä käsitellään luottamuksellisesti vain tutkimustarkoitukseen. Tulosten käsittelyssä ei yksittäinen vastaaja ole tunnistettavissa.

Kyselyn vastausprosentti vaihteli lajeittain. Eri lajien vastanneiden määrä ja vastausprosentti sukupuolen mukaan on esitetty taulukossa 1. Jalkapalloilijoista ja yleisurheilijoista vastasi vain noin joka kuudes, kun taas maastohiihtäjistä lähes puolet ja taitoluistelijoista yli puolet. Kaikkiaan vastausprosentti vuoden 2010 kyselyssä jäi 21 prosenttiin (2522 vastannutta 12 024 lisenssiurheilijasta), minkä vuoksi tuloksia ei voi suoraan soveltaa koskemaan koko ikäluokan nuoria urheilijoita kyseisissä lajeissa. Todennäköistä on, että erityisesti vähemmän seuratoimintaan osallistuvat ovat vastanneet harvemmin kuin innokkaasti ja paljon urheilevat. Tytöistä vastasi 22,9 % ja pojista 20,0 %. Tytöt ovat siten aineistossa ylliedustettuina, mutta eivät kovin voimallisesti.

Taulukko 1. Kyselyyn vastanneet nuoret lisenssiurheilijat lajin ja sukupuolen mukaan (%).

Laji	Lisenssiurheilijoita	Vastanneita	Vastausprosentti (%)
Jalkapallo	6 254 T:2170 P: 4084	985 T: 366 P: 619	15,7 T: 16,9 P: 15,2
Jääkiekko	2 781 T:167 P: 2614	729 T:68 P:661	26,2 T: 40,7 P: 25,3
Koripallo	935 T:437 P:498	299 T:132 P: 167	32,0 T: 30,2 P: 33,5
Yleisurheilu	1492 T:812 P:680	265 T: 166 P: 99	17,8 T: 20,4 P: 14,6
Maastohiihto	369 T:175 P:194	152 T: 81 P: 71	41,2 T: 46,3 P: 36,6
Taitoluistelu	142 T: 139 P: 3	74 T: 72 P: 2	52,1 T: 51,8 P: 66,7
Telinevoimistelu	51 T:42 P:9	18 T: 17 P:1	35,3 T: 40,5 P: 11,1

3 TAUSTATIEDOT

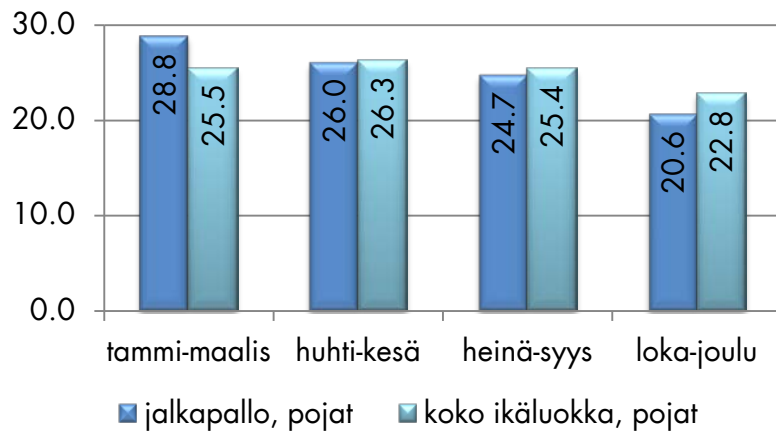
3.1 Syntymäkuukausi

Lajiliitoilta saatujen tietojen perusteella oli tiedossa kaikkien 1995 syntyneiden tutkimukseen osallistuneiden lajien lisenssiurheilijoiden syntymäkuukaudet. Kuvioissa 1–12 on esitetty syntymäaika neljännesvuosittain eri lajeissa ja sukupuolen mukaan. Vertailutieto koko ikäluokasta on Tilastokeskuksen väestötilastosta 2010, kaikista Suomessa asuneista vuonna 1995 syntyneistä. Koko ikäluokassa on tyttöjä 31 451 ja poikia 32 761.

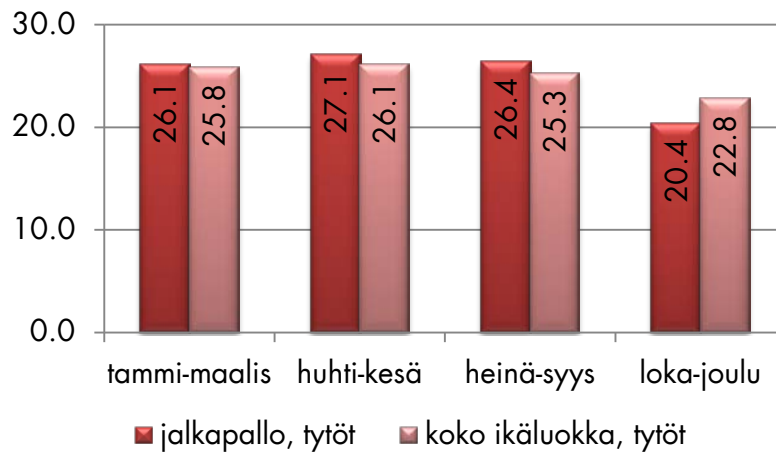
Joukkuelajeissa syntymäaikojen vaihtelu noudattaa pitkälti koko ikäluokan vaihtelua: kolmella ensimmäisellä neljänneksellä on vain vähän eroja, mutta viimeisellä neljänneksellä syntyneitä on vähemmän kuin muina aikoina syntyneitä. Loka-joulukuussa syntyneiden osuus alittaa kaikissa joukkuelajeissa ja sekä työllä että pojilla vertailuosuuden koko ikäluokasta. Yksilölajeista yleisurheilussa ja maastohiihdossa ero koko ikäluokkaan on joukkuelajeja merkittävämpi, koska urheilijoiden syntymäajat painottuvat voimakkaasti nimenomaan tammi-maaliskuuhun ja loppuvuonna syntyneitä on vähimmillään vain kolmasosa alkuvuonna syntyneistä. Taitolajeissa on enemmän hajontaa syntymäajoissa, mutta toisaalta erityisesti telinevoimistelussa otoksen pieni koko mahdollistaa suuremman sattumanvaraisuuden. Taitolajeissa on tarkasteltu vain tyttöjä poikien vähäisen lukumäärän vuoksi.

Kun tarkastellaan vielä yleiskuvaa kaikkien lajien osalta (taulukko 2), on selvää, että urheilijoiden syntymäajat painottuvat koko ikäluokkaa enemmän alkuvuoteen. Poikkeuksen tekee ainoastaan pieni telinevoimistelijoiden joukko. Ikäluokkaurheilussa helpommin menestyvät ne, jotka ovat pidemmälle kehittyneitä, eli alkuvuonna syntyneet. Näin loppuvuonna syntyneiden on vaikeampi nousta esiin oman ikäluokkansa urheilijoista, ja siten saada motivaation kannalta tärkeitä onnistumisen kokemuksia. Syntymäkuukauden yhteys harrastuksesta pois jättäytymiseen ei kuitenkaan tämän aineiston valossa ole selvä, vaan sen tarkastelemiseksi tarvittaisiin ikäluokkatietoja myös varhaisemmalta ajalta.

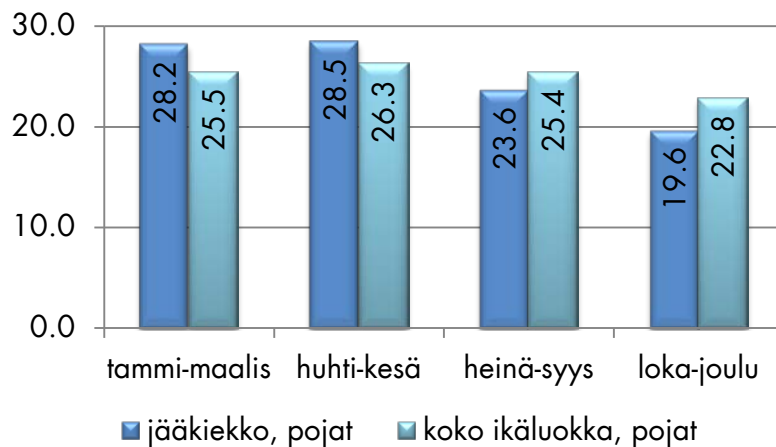
Kuvio 1. Jalkapalloilijapojkien (n=4084) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



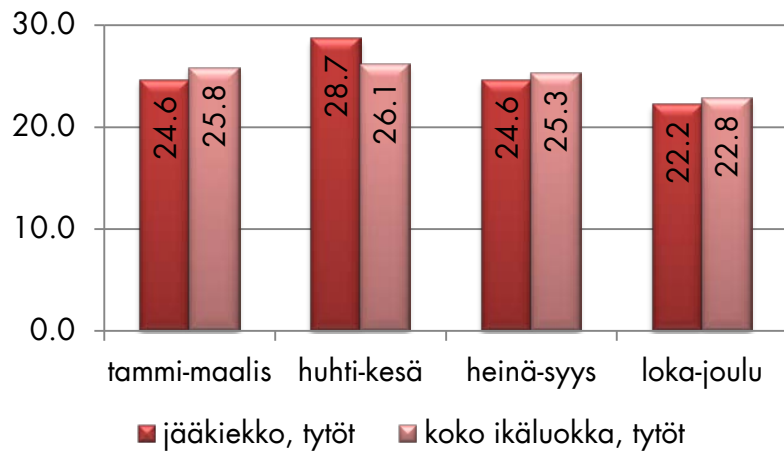
Kuvio 2. Jalkapalloilijatyttöjen (n=2170) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



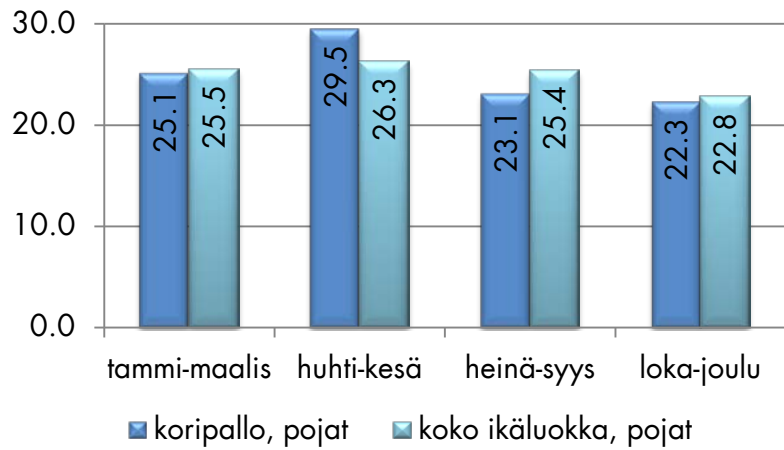
Kuvio 3. Jääkiekkoilijapojkien (n=2614) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



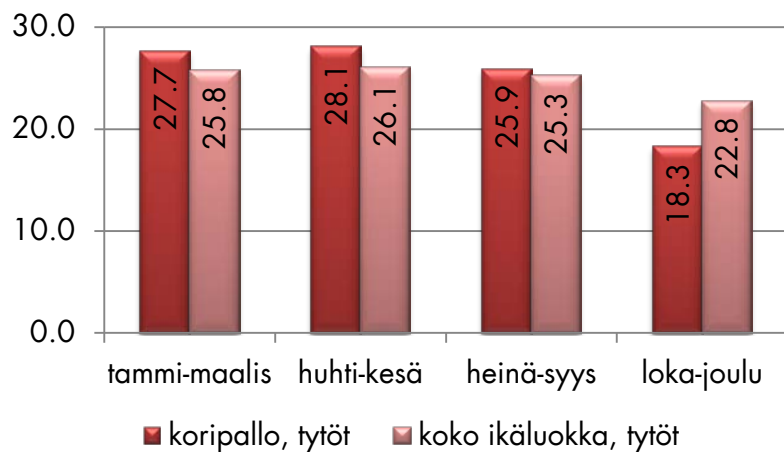
Kuvio 4. Jääkiekkoilijatyttöjen (n=167) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



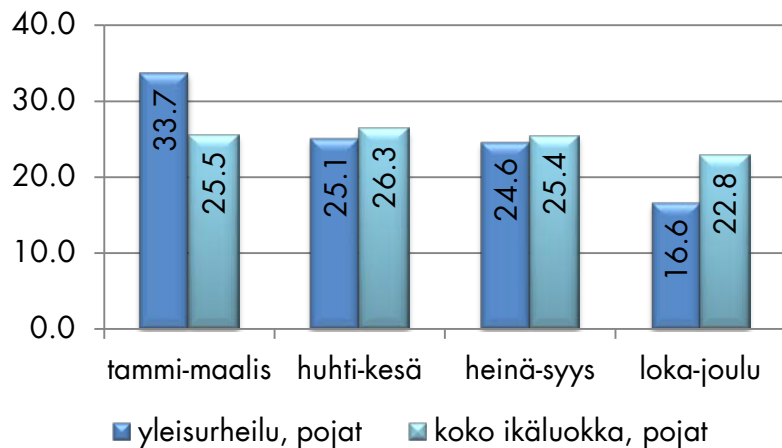
Kuvio 5. Koripalloilijapoikien (n=498) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



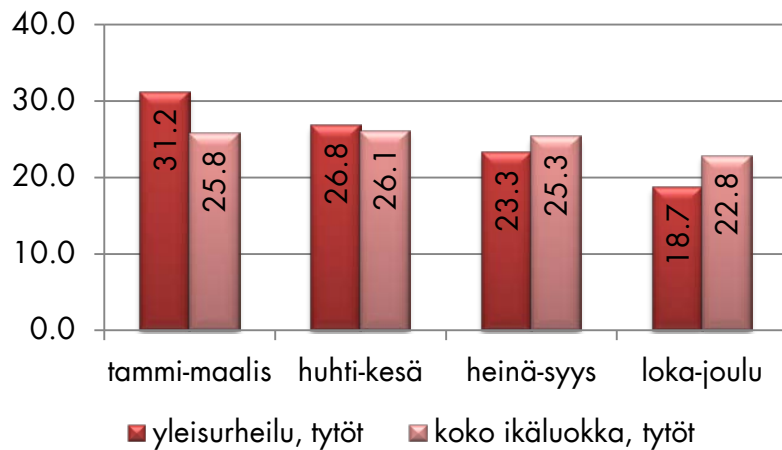
Kuvio 6. Koripalloilijatyttöjen (n=437) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



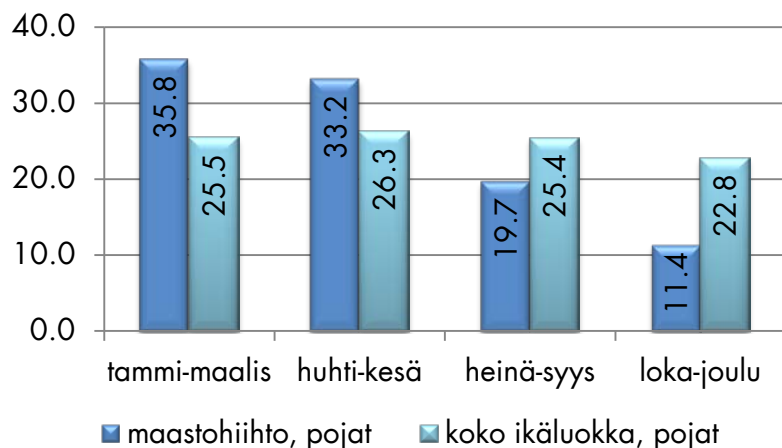
Kuvio 7. Yleisurheilijapoikien (n=680) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



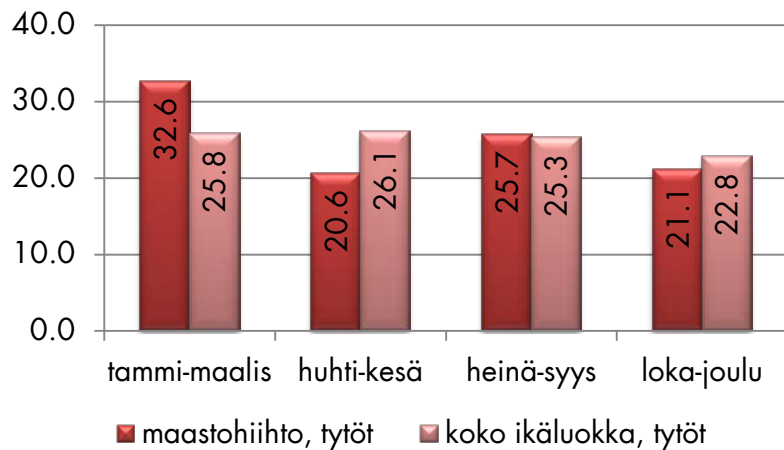
Kuvio 8. Yleisurheilijatyttöjen (n=812) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



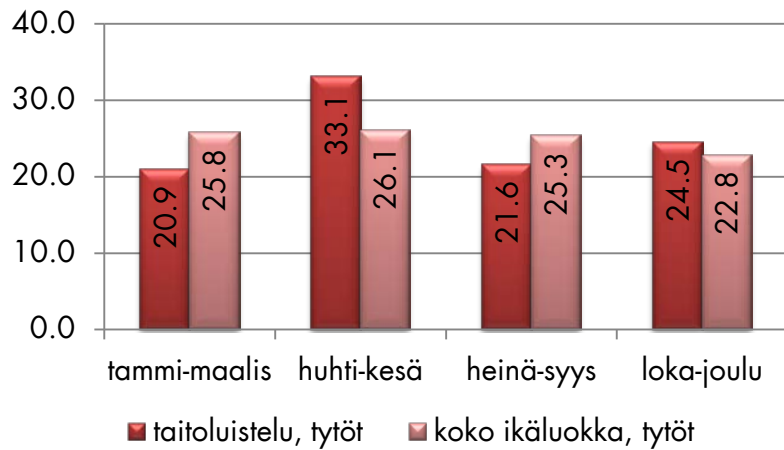
Kuvio 9. Maastohiittäjapoikien (n=193) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



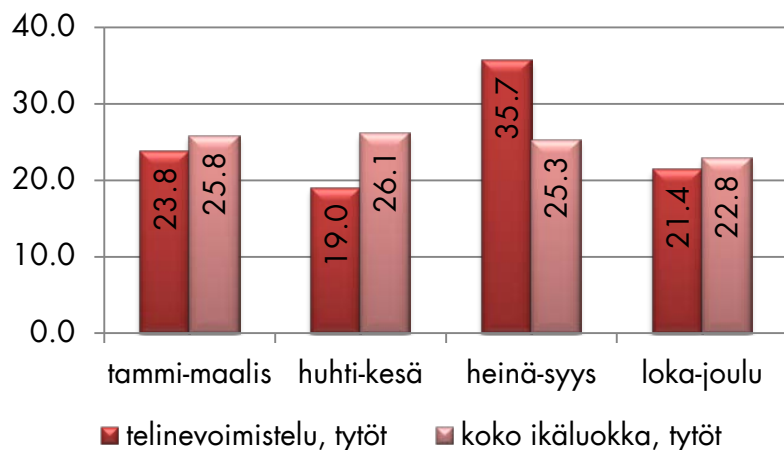
Kuvio 10. Maastohiittäjättyttöjen (n=175) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



Kuvio 11. Taitoluistelija tyttöjen (n=139) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



Kuvio 12. Telinevoimistelija tyttöjen (n=42) syntymäaika, vertailuna koko ikäluokan syntymäaika (%).



Taulukko 2. Alku- ja loppuvuonna syntyneiden osuus lisenssiurheilijoista (%).

Kuukausi	Jalkapallo	Jääkiekko	Koripallo	Yleisurheilu	Maastohiihto	Taitoluistelu	Telinevoimistelu	Kaikki lajit	Koko ikäluokka
tammikuu-kesäkuu	54,2	56,6	55,2	58,4	61,4	54,2	39,2	55,6	51,9
heinä-joulukuu	45,8	43,4	44,8	41,6	38,6	45,8	60,8	44,4	48,1

3.2 Pituus ja paino

Taulukossa 3 on esitetty eri lajien tyttöjen ja poikien pituus ja paino. Sekä tytöillä että pojilla pisimmät harrastajat löytyvät koripallosta ja yleisurheilusta. Koripalloilijat ovat myös painavimpia, mutta yleisurheilijoita enemmän painoa on jääkiekkoilijoilla. Maastohiihtäjät ovat pojista selvästi kevytrakenteisimpia ja tytöissäkkin maastohiihtäjät ovat lähellä taitolajeja. Maastohiihdossa on myös pienin keskihajonta, eli harrastajat ovat kooltaan lähempänä toisiaan kuin muissa lajeissa. Esimerkiksi verrattuna maastohiihtoon jääkiekossa tyttöjen painon keskihajonta on 1,8-kertainen.

Tytöillä keskiarvopituus vaihtelee eri lajeissa 11 cm ja keskiarvopaino 8,9 kiloa. Pojissa vaihtelua on keskiarvopituudessa 5 cm ja keskiarvopainossa 5,7 kiloa. Poikien osalta vaihtelua vähentää taitolajien (taitoluistelu ja telinevoimistelu) puuttuminen vertailusta. Yleisurheilussa hajontaa taas lisää se, että lajin sisällä on niin monentyyppisiä erilaisia lajeja. Kaikkiaan urheilulajien harrastajilla on selvää kokoeroa. Tällöin voidaan päätellä, että ainakin pituus ohjaa lajivalintaa. Paino sen sijaan kehittynee myös harrastamisen seurauksena tiettyyn suuntaan, eikä syyseuraus-suhde lajivalinnan kanssa ole selvä.

Taulukko 3. Pituus ja paino lajeittain ja sukupuolen mukaan, keskiarvo ja keskihajonta.

Laji		Tytöt		Pojat	
		Pituus (m)	Paino (kg)	Pituus (m)	Paino (kg)
Jalkapallo tytöt n=355–364, pojat n= 605–612	ka.	1,66	56,2	1,72	60,3
	s.d.	0,07	7,9	0,08	9,5
Jääkiekko tytöt n=68, pojat n=652–653	ka.	1,64	58,6	1,73	63,9
	s.d.	0,07	9,4	0,08	9,9
Koripallo tytöt n=128–130, pojat n=165–166	ka.	1,70	59,0	1,79	65,6
	s.d.	0,07	8,6	0,08	9,5
Yleisurheilu tytöt n=159–164, pojat n=97–98	ka.	1,67	55,0	1,76	63,3
	s.d.	0,07	8,5	0,07	9,7
Maastohiihto tytöt n=81, pojat n=71	ka.	1,64	53,4	1,74	59,9
	s.d.	0,06	5,3	0,07	8,4
Taitoluistelu tytöt n=71	ka.	1,64	53,3		
	s.d.	0,07	7,1		
Telinevoimistelu tytöt n=17	ka.	1,59	50,1		
	s.d.	0,05	6,0		
Yhteensä	ka.	1,66	56,0	1,73	62,5
	s.d.	0,07	8,2	0,08	9,8

3.3 Asuinpaikka ja harjoitukseen kulkeminen

Urheilijoiden asuinpaikka vaikuttaa harrastamisen mahdollisuuksiin. Aikaisemmissa, huippu-urheilijoiden taustoja selvittävässä tutkimuksessa on selvinnyt, että urbaani suurkaupunki kaikkinen mahdollisuuksineen ei ole aina paras urheilijaksi kehittymisen alusta. Kaupungeissa urheilumahdollisuuksien diversiteetti on suuri, mutta toisaalta mahdollisuudet spontaaniin liikkumiseen vaikeutuvat ja kulkeminen urheilupaikoille saattaa olla vaivalloista. Suurimmissa kaupungeissa myös muu vapaa-ajan tarjonta kilpailee urheilun kanssa nuorten ajasta. Maaseutumaisissa kasvuympäristöissä tai pienissä kaupungeissa urheiluharrastus ei ole yhtä strukturoitua kuin kaupungeissa ja harrastus on helpompi sovittaa nuoren oman kiinnostuksen mukaiseksi. Tutkijat ovat myös pohtineet, että pienpaikkakunnilla myös kanssaharrastajien tason vaihtelu saattaa edesauttaa taitojen monipuolista kehittymistä. Lisäksi pienpaikkakunnilla kilpailijoita on vähemmän, mikä edesauttaa onnistumisen elämysten muotoutumista ja sitä kautta motivoitumista harjoitteluun ja urheilu-uran jatkamiseen. (Carlson 1988; Côté, Macdonald, Baker & Abernethy 2006; Côté, Baker & Abernethy 2007; Curtis & Birch 1987, Kytä 2002) Asuinpaikan kokoon liittyvien kansainvälisten tutkimusten tuloksia ei kuitenkaan suoraan voida soveltaa

suomalaiseen urheiluun, koska väestön ja kaupunkien koot ovat aivan eri mittaluokassa. Tulokset herättävät kuitenkin ajatuksia urheilijaksi kehittymiseen vaikuttavista tekijöistä.

Puolet tämän tutkimuksen kyselyyn vastanneista nuorista lisenssiurheilijoista asui vähintään 50 000 asukkaan kaupungissa (taulukko 4). Urbaaneimpina lajeina näyttäytyvät taitoluistelu ja telinevoimistelu, joiden vastaajista yli 60 % asui vähintään 100 000 asukkaan kaupungissa. Joukkuelajeista eniten suurissa kaupungeissa asui koripalloilijoita. Maaseudulla asui suhteellisesti eniten hiihtäjiä ja yleisurheilijoita.

Taulukko 4. Asuinpaikka lajin mukaan (%).

Asuinpaikka	Jalkapallo	Jääkiekko	Koripallo	Yleisurheilu	Maastohiihto	Taitoluistelu	Telinevoimistelu	Kaikki lajit
Pääkaupunkiseutu, Turku, Tampere, Oulu, Lahti tai Jyväskylä	38,3	31,8	47,5	22,4	11,2	62,1	61,1	35,1
20 000–100 000 asukkaan kaupunki	32,7	29,3	36,8	30,3	28,3	23,0	22,2	31,4
Alle 20 000 asukkaan kaupunki tai asutuskeskus maaseudulla	22,3	29,9	15,1	34,1	39,5	12,2	11,2	25,5
Muulla maaseudulla	6,7	8,9	0,7	13,3	21,1	2,7	5,6	8,1

Pienet paikkakunnat eivät näytä olevan este harrastamiselle, koska esimerkiksi jääkiekkoilijoistakin yli kolmannes asui pienessä kaupungissa tai maaseudulla. Toisaalta on otettava huomioon, että suurten kaupunkien ympärillä on paljon kehyskuntia, jotka vetävät puoleensa lapsiperheitä. Esimerkiksi yli 100 000 asukkaan kaupungissa asuvien jääkiekkoilijoiden harjoitusmatka on keskimäärin 15 minuuttia, kun se alle 20 000 asukkaan kaupungissa tai maaseudun asutuskeskuksessa asuvalla on 20 minuuttia. Pienessä kaupungissa matka on pidempi, joten osin kuljetaan varmasti oman keskuksen sijaan isompiin kaupunkeihin harjoittelemaan. Pienillä paikoilla asuvat kulkevat useammin vain auton kyydissä harjoituksiin (66 % vastaajista) kuin suurissa kaupungeissa asuvat (59 % vastaajista). Myös jalkapalloilijoilla autolla kulkeminen on yleisempää pienillä paikkakunnilla (37 %) kuin suurissa kaupungeissa (29 %). Jääkiekkoilijoista vain pieni osa kulki harjoituksiin jalan tai polkupyörällä, mikä johtuu varmasti myös varusteiden kuljettamiseen liittyvistä ongelmista. Jalkapalloilijoista kulki harjoitusmatkat jalan tai polkupyörällä suurissa kaupungeissa 22 % vastaajista ja pienillä paikkakunnilla 30 % vastaajista. Suurissa kaupungeissa käytetään useammin julkisia liikennevälineitä.

Yleisurheilussa harjoitusmatka pienillä paikkakunnilla oli keskimäärin 18 minuuttia ja 36 % vastaajista kulki sen jalan tai polkupyörällä, autolla 27 % vastaajista. Suurissa kaupungeissa yleisurheilijoiden harjoitusmatka oli keskimäärin 23 minuuttia ja vain joka kymmenes kulki sen jalan tai polkupyörällä, autolla 51 % vastaajista. Autolla kulkemisen suhteen tilanne on siis päinvastainen (autolla kulkeminen on yleisempää isoilla kuin pienillä paikkakunnilla), jos verrataan joukkuelajeista jalkapalloa ja jääkiekkoa yleisurheiluun. Selvästi on niin, että harjoitusmahdollisuudet vaihtelevat eri lajeissa erikokoisilla paikkakunnilla. **Paikkakunnan omat harjoittelumahdollisuudet eivät välttämättä ole este harrastukselle, mutta** harjoittelumahdollisuuksien läheisyys vaikuttaa merkittävästi harjoitukseen kulkemiseen ja siten myös nuoren urheilijan kokonaisliikunnan määrään.

4 URHEILUN HARRASTAMINEN

Tässä luvussa käsitellään nuorten urheiluharrastusta monesta näkökulmasta. Ensin tarkastellaan urheiluharrastamisen erilaisia polkuja. Tämän jälkeen keskitytään nuoren päälahjin harrastamiseen ja harjoitteluun. Laajasta tutkimusmateriaalista on esitetty lähinnä vain päätulokset ja suorat jakaumat.

4.1 Urheiluharrastamisen polut

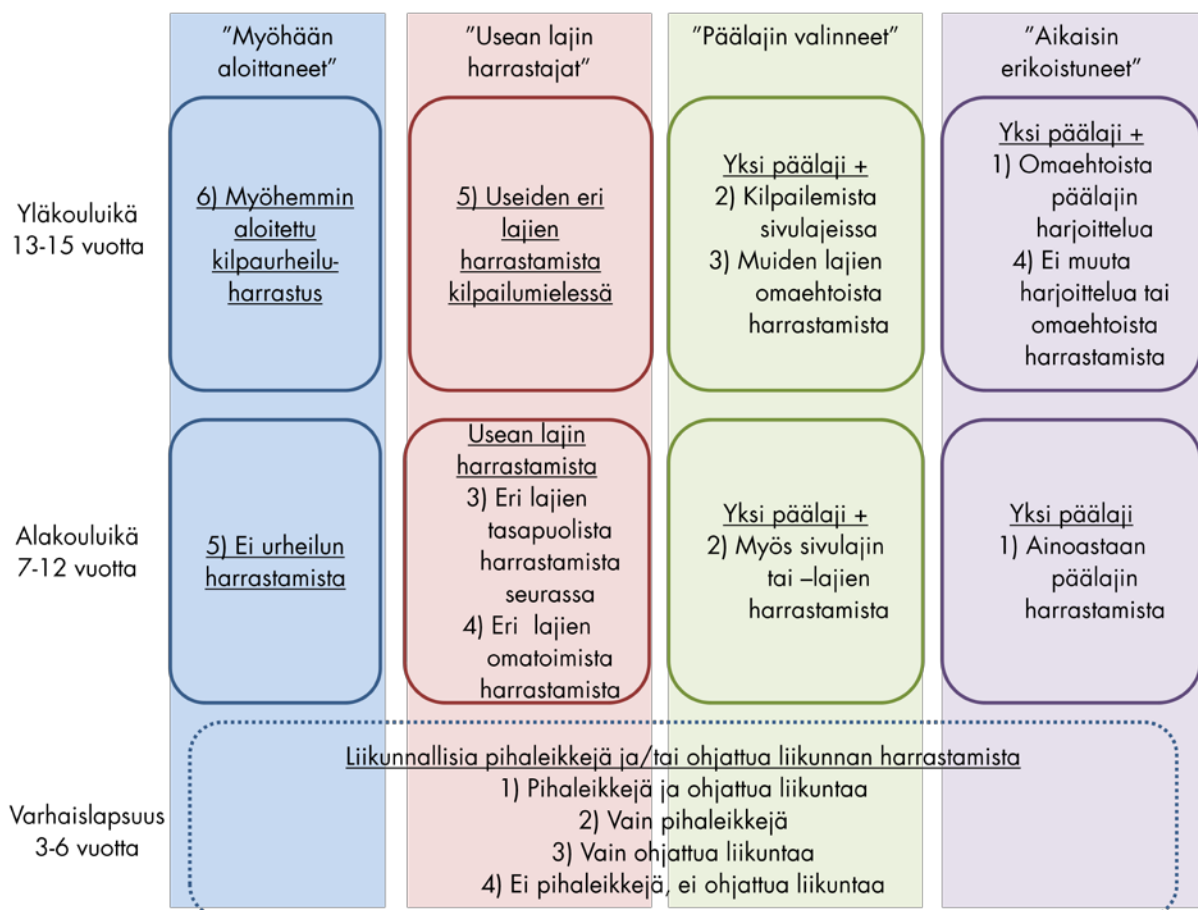
4.1.1 DMSP-malli ja tutkimuksen teoreettiset urheilupolut

Urheilun harrastamista selvitettiin kyselyssä eri harrastuspolkujen avulla. Tutkimuksessa on sovellettu Côtén ym. DMSP-mallia (=Developmental Model of Sport Participation) (ks. Côté ym. 2007), eli nk. urheiluharrastamisen kehitysmallia. Malli on tutkimusteoreettinen jäsenyys erilaisista yksilön urheiluharrastuspoluista.

Côtén urheiluharrastuksen kehitysmalli pohjautuu nuorten menestyvien urheilijoiden tutkimukseen. Côté löysi urheilijoiden polulta erilaisia vaiheita sen suhteen, millaista harjoittelu oli ollut ja missä vaiheessa tutkittavat ryhtyivät keskittymään päälahjiinsa. Ensimmäisessä vaiheessa nuoret huiput, iältään 18 vuotta, olivat harrastaneet erilaisia lajeja ja urheiluharrastus oli ollut suurimmaksi osaksi leikinomaista (deliberate play), jossa pääpaino oli hauskanpidolla. Tätä vaihetta Côté kutsui kokeiluvuosiksi (sampling years), ja ne ajoittuvat tavallisesti ikävuosiin 6-13. Tämän jälkeen alkoi erikoistuminen (specializing years), jossa lajikirjo väheni ja harrastaminen muuttui entistä enemmän tavoitteelliseksi, kehittymiseen tähtääväksi harjoitteluksi (deliberate practice). Erikoistumisen vuodet ajoittuvat ikävuosiin 13-15. Tämän jälkeen huippu-urheilun mahdollistavalla polulla alkavat panostamisen vuodet (investment years), jolloin harrastaminen painottuu vahvasti tavoitteelliseen harjoitteluun. (Côté 1999)

Sittemmin Côté kumppaneineen on eri tutkimuksissa kehittänyt mallia ja siinä on hahmotettu kolme erilaista polkua, joista kaksi voi johtaa huippu-urheiluun. Toinen näistä kuvaa edellä mainittua polkua (Côtén tutkimustulos 1999), jossa ensin kokeillaan eri lajeja, sitten erikoistutaan, panostetaan ja lopulta myöhemmin tullaan huippu-urheilijaksi. Toisella polulla tie huippu-urheilijaksi kulkee aikaisen erikoistumisen kautta. Kolmas polku on se, jossa liikunnasta tulee elämäntapa ja mukava harrastus, mutta ei tavoitteellista urheilua. Urheilijaksi kehittymisen kannalta on mallin pohjalta tehdyissä tutkimuksissa usein päädytty suosittamaan polkua, joka sisältää lapsuusvuosina paljon eri lajien harrastamista. Tutkimukset on tehty lähinnä psyykkisten tekijöiden ja vaikutusten näkökulmasta, varhain erikoistuneiden urheilijoiden on esimerkiksi havaittu useammin uupuvan urheilu-urallaan. (ks. esim. Côté, Baker & Abernethy 2007; Fraser-Thomas, Côté & Deakin 2008; Strachan, Côté & Deakin 2009)

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan kilpaurheiluun erikoistumisen erilaisia polkuja erityisesti laji-
 valinnan ja ohjatun/omatoimisen harjoittelun suhteen. Tarkastelussa päätepisteenä on kohde-
 joukon mukaisesti yläkouluikä erilaisine urheiluorientoitumisineen. Mallia on sovellettu siten,
 että lähtökohdaksi on otettu tietty ikäkausi (varhaislapsuus, alakouluikä ja yläkouluikä), jonka
 kohdalla on selvitetty erilaisia tapoja harrastaa. Yläkouluikässä on kuusi erilaista tapaa harras-
 taa kilpaurheilua. Alakouluikässä erilaisia tapoja on viisi ja varhaislapsuuteen niitä on tutkimuk-
 sessa hahmoteltu neljä. Tutkimuksessa muodostettiin neljä erilaista teoreettista polkua (ks. kuvio
 13): a) Aikaisin erikoistuneet (vain päälaajin harrastamista), b) Päälaajin valinneet (päälaaji valit-
 tu, mutta myös muiden lajien harrastamista, c) Usean lajin harrastajat ja d) Myöhään aloitta-
 neet (urheiluharrastus aloitettu yläkouluikässä). Tässä tutkimuksissa on siten muovattu Côtén ym.
 (2007) mallia seikkaperäisemmäksi malliksi erilaisten polkujen jäsentämiseksi. Periaatteessa
 kaikki mallin kilpaurheilun polut voivat tulevaisuudessa johtaa huippu-urheilu-uraan, vaikka se
 myöhään kilpaurheilun aloittaneille (sininen polku) onkin epätodennäköinen. **On myös mahdol-
 lista siirtyä polulta toiselle, eli yhdellä värillä kuvattu polku ei ole suoraviivainen tie ja ainoa
 mahdollinen polku.**

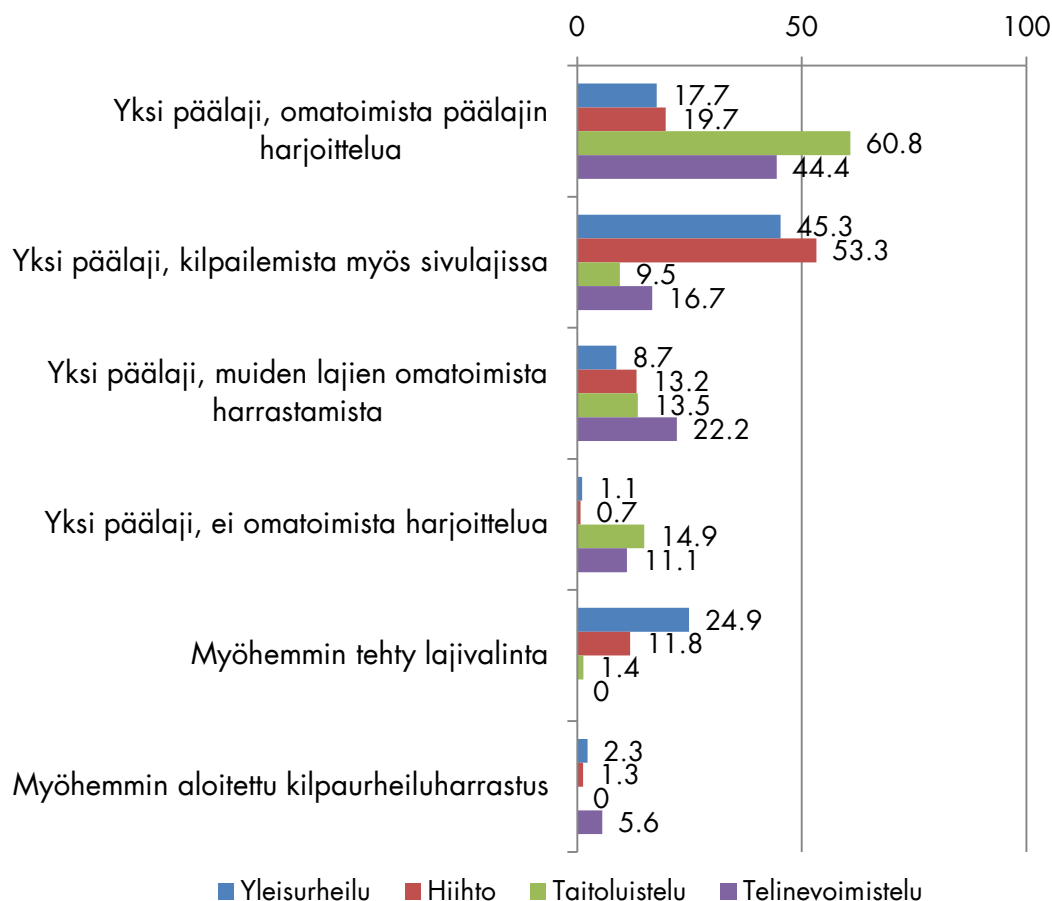


Kuvio 13. Kilpaurheiluun erikoistumisen polut, mukailtu Côtén ym. (2007) DMSP-mallin pohjalta.

Tutkimustuloksia tarkasteltaessa mallin pohjalta on otettava huomioon, että kyseessä on todella tutkimusteoreettinen malli. Mallin pohjalta vastaajat ovat valinneet itseään parhaiten kuvaavan vaihtoehdon. Todellisuudessa jokaisella on juuri omanlaisensa harrastuspolku, joka sopii enemmän tai vähemmän tämän tutkimuksen viitekehukseen.

4.1.2 Yksilöurheilijat urheilupoluilla

Yläkouluikässä yksilölajien urheilijoista 81,5 % on valinnut päälajinsa. Yksilölajeissa lisenssiurheilijat eroavat kuitenkin eri lajeissa toisistaan lajivalinnan ajoittumisen suhteen. 13–15-vuotiaista taitoluistelijoista vain 11 % ja telinevoimistelijoista 17 % kilpaili lisäksi jossain muussa lajissa, tai oli vasta valinnut/valitsemassa päälajiaan. Hiihtäjistä samassa tilanteessa oli 65 % ja yleisurheilijoista 70 %. Joukkuelajeissa em. harrastajatyypin osuus sijoittui 20–25 prosenttiin. Yksilölajeissa voidaan puhua selkeästä erosta varhaisen ja myöhäisen erikoistumisen lajien suhteen (kuvio 14).



Kuvio 14. Urheilun harrastaminen 13–15-vuotiaana, yksilölajit (%), n= 509.

Kaikissa yksilölajeissa suurin osa vastanneista oli **varhaislapsuudessa** leikkinyt pihapelejä ja harrastanut ohjattua liikuntaa. Pelkästään pihaleikkejä leikkineiden osuus oli kuitenkin selvästi suurempi myöhäisen erikoistumisen lajeissa – 34 % yleisurheilijoissa ja 28 % hiihtäjissä–, kuin varhaisen erikoistumisen lajeissa – 11 % taitoluistelussa 17 % telinevoimistelussa. Myöhäisen erikoistumisen lajeissa siis harrastetaan varhaislapsuudessa useammin omatoimisesti. Nämä lajit ovat myös yleisempiä maaseudulla, jossa organisoidun liikunnan tarjonta ei ole yhtä suurta kuin kaupungeissa.

Alakouluiässä erot varhaisen ja myöhäisen erikoistumisen lajeissa näyttävät selkeiltä, kun tarkastellaan juuri päälahin ja muiden lajien harrastamista (taulukko 5). Taitoluisteliijoista ja telinevoimisteliijoista lähes puolet harrasti vain yhtä päälahia, kun yleisurheilijoista ja maastohiihtäjiä näin teki alle kymmenesosa. Viimeksi mainituista harrasti alakouluiässä useita lajeja tasapuolisesti selkeä enemmistö, kun taas taitoluisteliijoista vain joka kymmenes ja telinevoimisteliijoista joka viides.

Taulukko 5. Urheilun harrastaminen alakouluiässä, yksilölajit (%), n=509.

Harrastetyyppi	Yleisurheilu	Maastohiihto	Taitoluistelu	Telinevoimistelu
1)Yksi päälahi, ei sivulajeja	7,5	9,2	45,9	50,0
2) Yksi päälahi, yksi tai useampia sivulajeja	13,6	29,6	43,2	27,8
3) Useita lajeja tasapuolisesti	70,9	57,2	10,8	22,2
4) Omatoimista urheilun harrastamista seuratoiminnan ulkopuolella	6,0	3,9	0	0
5) Ei urheilun harrastamista	1,9	0	0	0
Yhteensä	100	100	100	100

Eri ikävaiheiden vastauksista voidaan yhdistelemällä muodostaa vastaajille erilaisia urheilupolkuja. Eniten erilaisia urheilupolkuja oli yleisurheilijoilla (43 polkua). Yleisin urheilupolku yleisurheilijoilla (23,4 %) ja maastohiihtäjillä (28,9 %) oli sellainen, jossa varhaislapsuudessa harrastettiin sekä pihaleikkejä että ohjattua liikuntaa, alakouluiässä useita lajeja tasapuolisesti ja yläkouluiässä oli valittu päälahi, mutta kilpailtiin vielä yhdessä tai useammassa sivulajissa (kuviossa 13 polku 1-3-2). Taitoluisteliijoilla yleisimmin (24,3 %) harrastettiin varhaislapsuudessa sekä pihaleikkejä että ohjattua liikuntaa, ja alakouluiästä alkaen valittiin yksi päälahi eikä harrastettu sivulajeja (kuviossa 13 polku 1-1-1). Telinevoimistelussa (16,7 %) ja taitoluistelussa (20,3 %) yleisiä olivat myös polut, joissa alakouluiässä oli valittu päälahi, mutta kilpailtiin myös ainakin yhdessä sivulajissa, ja yläkouluiässä keskityttiin taas vain yhteen päälahiin (kuviossa 13 polku 1-2-1). Taitoluistelussa erilaisia urheilupolkuja muodostui yhteensä 15 ja telinevoimistelussa yhteensä 12. Mielenkiintoista on, että telinevoimistelussa vastaajia oli vain 18, joten suuri osa vastaajista oli kulkenut eri polkua kuin toiset.

4.2 Oman lajin harrastaminen ja harjoittelu

4.2.1 Urheiluseurassa aloittaminen

Joukkuelajien vastaajat olivat aloittaneet oman lajinsa harrastamisen seurassa keskimäärin 7,6-vuotiaina ja yksilölajien harrastajat 7,7-vuotiaina (taulukko 6). Joukkuelajeissa alhaisin aloitusikä oli jääkiekossa ja korkein koripallossa. Myös keskihajonta oli pienin jääkiekossa, eli keskimääräisestä aloittamisikästä poikettiin vähiten. Yksilölajeista alhaisin aloitusikä oli taitoluistelussa ja korkein yleisurheilussa. Pienin keskihajonta yksilölajeissa oli telinevoimistelussa (2,1 vuotta).

Joukkuelajeista 58 % vastaajista kertoi, että kyseinen laji oli ensimmäinen urheiluseurassa aloitettu harrastus. Jalkapalloilijoilla muista lajeista eniten mainintoja ensimmäisenä lajina sai yleisurheilu (5,9 % vastaajista), jääkiekkoilijoista jalkapallo (33,3 % vastaajista) ja koripalloilijoista myös jalkapallo (24,4 % vastaajista). Tulosten mukaan siis hyvin usealla joukkuelajien harrastajalla ensimmäinen urheiluseurassa aloitettu laji on jalkapallo.

Yksilölajeissa yleisurheilijoista ja maastohiihtäjistä noin puolet kertoi ko. lajin olleen ensimmäinen urheiluseurassa aloitettu harrastus, taitoluistelijoista ja telinevoimistelijoista noin kaksi kolmasosaa. Yleisurheilijoilla ja maastohiihtäjillä yleisin muu laji ensimmäisenä lajina oli joukkuelajien tapaan jalkapallo (14 %). Taitoluistelijoilla yleisin muu laji oli tanssi (13,9 %) ja telinevoimistelijoilla jumppa (16,7 %).

Taulukko 6. Oman lajin aloittaminen urheiluseurassa.

	Jalkapallo	Jääkiekko	Kori-pallo	Joukkue-lajit	Yleis-urheilu	Maasto-hiihto	Taito-luistelu	Teline-voimistelu	Yksilölajit	Kaikki lajit
Lajin harrastaminen aloitettu seurassa (vuotta)	7,8	7,1	8,6	7,6	8,6	7,4	5,6	6,1	7,7	7,6
Laji ensimmäinen seurassa aloitettu urheiluharrastus (% vastaajista)	67,1	50,9	46,8	58,2	46,0	53,0	68,1	61,1	51,5	56,9

4.2.2 Harjoittelu

Joukkuelajien vastaajista 15,3 % käytti harjoituspäiväkirjaa harjoittelun seurannassa. Tulos oli samansuuntainen kaikissa joukkuelajeissa. Yksilölajeissa harjoituspäiväkirjan käyttö oli paljon

yleisempää, 45,8 % vastaajista teki niin. Yleisintä harjoituspäiväkirjan käyttö oli maastohiihdossa (69,7 %) ja yleisurheilussa (42,6 %), vähäisintä teliveoimistelussa (22,2, %) ja taitoluistelussa (13,5 %).

Yksilölajeissa kilpailtiin edellisellä kaudella yleisurheilussa keskimäärin 17,7 kertaa, maastohiihdossa 13,8 kertaa, taitoluistelussa 6,7 kertaa ja teliveoimistelussa 5,5 kertaa.

Yksilölajien urheilijoiden harjoittelua sarja- ja harjoittelukaudella esitellään taulukossa 7. Taulukossa on kerrottu kustakin harjoitustyyppistä sekä keskiarvo että mediaani (suuruusjärjestyksessä olevan aineiston keskimäinen luku). Lukuja tulkitaan seuraavasti (esimerkki): Maastohiihtäjät tekevät harjoituskaudella omatoimisia harjoituksia keskimäärin 2,7 krt/vko. Mediaani on kuitenkin kahdesti viikossa, eli puolet maastohiihtäjistä tekee korkeintaan kaksi omatoimista harjoitusta viikossa. Keskiarvo on mediaania suurempi sen vuoksi, että toinen puolisko hiihtäjiä tekee selvästi enemmän kuin kaksi omatoimista harjoitusta viikossa. Vastaavasti yleisurheilijat tekevät keskimäärin 1,1 muun lajin harjoitusta viikossa, mutta koska mediaani on 0, tarkoittaa se, ettei puolet tee niitä yhtään.

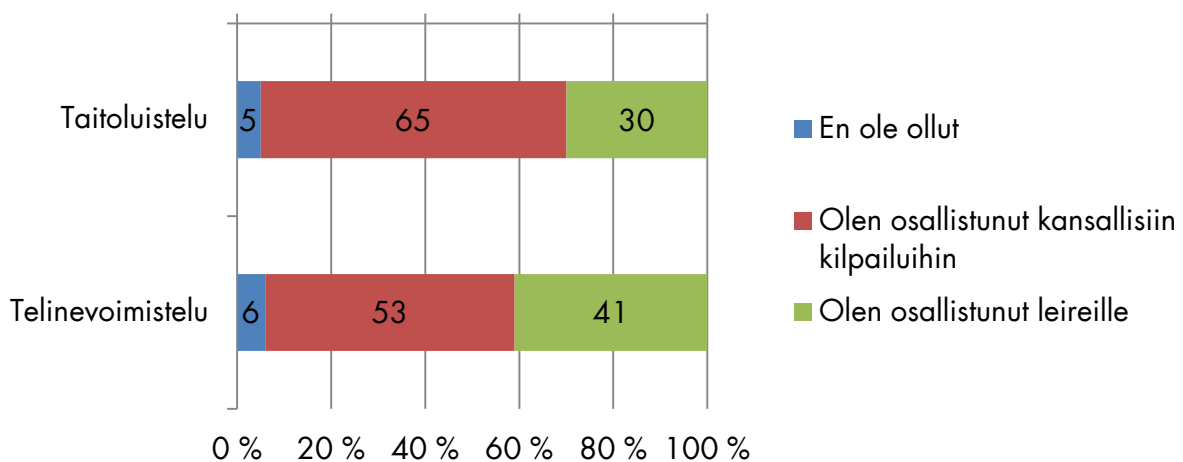
Harjoitusmäärien tarkastelussa erottuvat nk. varhaisen erikoistumisen lajit, eli taitolajit myöhäisen erikoistumisen lajeista. Yleisurheilijat ja maastohiihtäjät harjoittelevat viikoittain keskimäärin 10 tuntia tai alle, taitoluistelijat 12–13 tuntia ja teliveoimistelijat eniten, 15–17,5 tuntia. Kertamääräisesti teliveoimistelijat harjoittelevat kuitenkin vähemmän kuin taitoluistelijat. Taitoluistelijat taas tekevät eniten sekä lajiharjoituksia että oheisharjoituksia. Muiden lajien harjoituksia on eniten maastohiihtäjillä.

Taulukko 7. Harjoittelu sarjakaudella ja harjoituskaudella, yksilölajit.

			Yleisurheilu (n=259)	Maasto- hiihto (n=152)	Taitoluistelu (n=74)	Teline- voimistelu (n=18)	
Harjoitus- kausi	Lajiharjoitukset (krt/vko)	ka.	2,3	2,15	5,5	3,9	
		Md.	2,0	2,0	5,0	4,5	
	Oheisharjoituk- set (krt/vko)	ka.	1,4	0,8	3,8	2,7	
		Md.	1,0	1,0	4,0	2,0	
	Omatoimiset harjoitukset (krt/vko)	ka.	1,7	2,7	2,1	0,9	
		Md.	1,0	2,0	2,0	0,5	
	Muiden lajien harjoitukset (krt/vko)	ka.	1,1	1,8	0,4	0,4	
		Md.	0,0	1,0	0,0	0,0	
	Harjoitusmäärä yhteensä (krt/vko ja h)	ka.	6,5 krt, 10 h 14 min	6,8 krt, 9 h 34 min	11,8 krt, 13 h 00 min	8,0 krt, 15 h 7 min	
		Md.	6,0 krt, 9 h 30 min	6,0 krt, 9 h 00 min	11,0 krt 13 h 00 min	9 krt, 15 h 00 min	
	Kilpailu- kausi	Lajiharjoitukset (krt/vko)	ka.	2,4	1,8	5,5	4,4
			Md.	2,0	1,0	5,0	5,0
Oheisharjoituk- set (krt/vko)		ka.	1,0	1,0	3,7	2,4	
		Md.	1,0	1,0	4,0	2,0	
Omatoimiset harjoitukset (krt/vko)		ka.	1,8	2,8	1,9	1,1	
		Md.	1,0	2,0	1,0	1,0	
Muiden lajien harjoitukset (krt/vko)		ka.	0,9	1,4	0,4	0,9	
		Md.	0,0	1,0	0,0	0,0	
Harjoitusmäärä yhteensä (krt/vko ja h)		ka.	6 krt, 9 h 17 min	6,9 krt, 9 h 49 min	11,5 krt, 12 h 27 min	8,9 krt, 17 h 28 min	
		Md.	6 krt, 8 h 15 min	7 krt, 9 h 00 min	11 krt, 12 h 30 min	8,5 krt, 16 h 15min	

4.2.3 Kilpailutaso

Yksilölajien urheilijoilta kysyttiin, missä määrin he ovat olleet mukana lajiliiton toiminnassa. Osallisuus vaihtelee paljon eri lajeissa ja kysymykset on esitetty eri lajeissa hieman eri näkökulmasta. Maastohiihtäjistä 29 % ei ollut osallistunut leirityksiin, loput olivat osallistuneet joko seuraleirille (15 %), piirileirille (35 %) tai alueleirille (21 %). Yleisurheilijoista 45 % vastaajista oli osallistunut piirileirityksiin, muut eivät. Taitoluistelijoista ja telinevoimistelijoista lähes kaikki olivat osallistuneet kansallisiin kilpailuihin tai liiton leireille (kuvio 15). Taitolajeissa tässä ikäryhmässä kilpaharrastajien määrä on jo verraten pieni, joten liiton toiminta tavoittaa suuren osan kilpaharrastajista.



Kuvio 15. Osallistuminen liiton toimintaan, taitoluistelijat ja telinevoimistelijat (%).

Yleisurheilu ja maastohiihto

Yleisurheilijoista kukaan ei ilmoittanut kilpailevansa kaudella 2010–2011 pääasiassa kansallisella tasolla, vaan 31 % kilpaili seuratasolla ja 69 % piiritasolla. Seurasta samalla tasolla kilpaili keskimäärin 1,3 urheilijaa. Yleisurheilijoista noin kolmannes ei osannut sanoa, millä tasolla kilpailisi 18-vuotiaana. 19 % vastaajista arvioi kilpailevansa kansallisella tasolla ja 18 % piiritasolla. 11 % vastaajista ei uskonut jatkavansa harrastusta täysi-ikäiseksi asti.

Maastohiihtäjistä 84 % vastaajista ilmoitti kilpailevansa kaudella 2010–2011 SM-tasolla ja 7 % kansallisella tasolla. Loput vastaajat jakaantuivat alue-, piiri- ja seuratasolle. Seurasta samalla tasolla kilpaili keskimäärin kaksi urheilijaa. Kilpailutasosta 18-vuotiaana kolmannes ei osannut sanoa mitään. Useimmin arvioitiin kilpailtavan SM-tasolla (22 %), PM-tasolla (12 %) tai kansallisella tasolla (11 %). Vastaajista 6 % ei uskonut jatkavansa harrastusta 18-vuotiaaksi asti.

Taitoluistelu

Kaudella 2010–2011 taitoluistelijoista 32 % ilmoitti kilpailevansa kansallisissa junioreissa, 40 % SM-junioreissa ja 29 % SM-noviiseissa (kukaan ei ilmoittanut kilpailevansa noviisisarjassa). Seurasta samassa kilpailusarjassa kilpailevia oli keskimäärin 10. Taitoluistelijoista 38 % ei osannut arvioida, millä tasolla urheilisi 18-vuotiaana. 26 % vastaajista arveli kilpailevansa SM-junioreissa ja 15 % SM-senioreissa. 8 % ei uskonut jatkavansa harrastusta 18-vuotiaaksi.

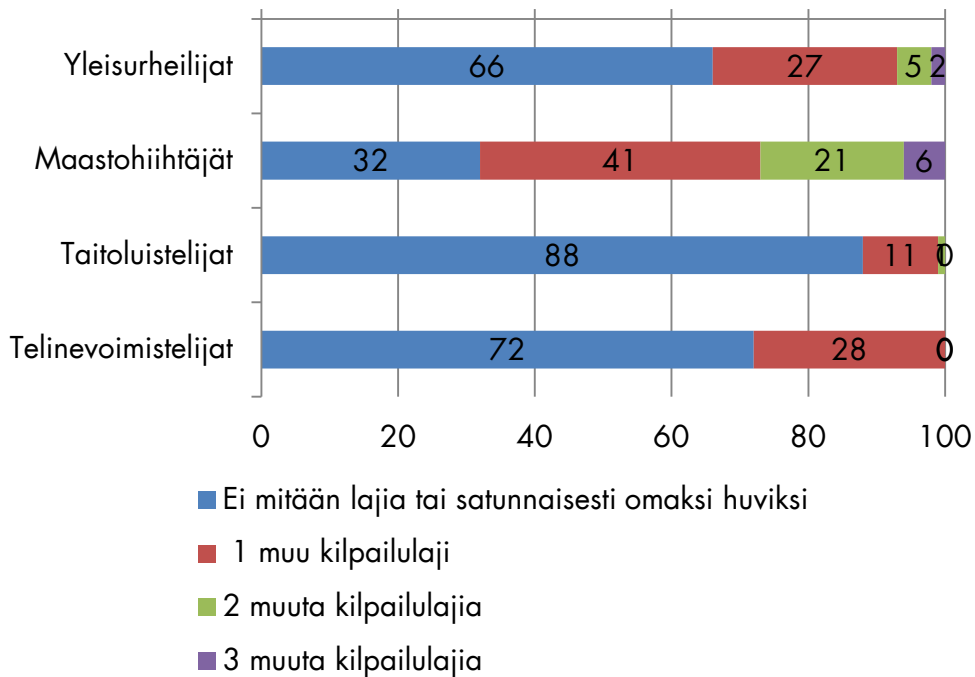
Telinevoimistelu

Telinevoimistelijoista kaudella 2010–2011 seitsemän ilmoitti kilpailevansa kilpalinjalla luokassa E ja kolme luokassa D ja neljä urheilijaa maajoukkueelinjalla luokassa 5. Muissa luokissa kilpaili vain yksittäisiä urheilijoita. 18-vuotiaana lähes puolet (7 urheilijaa) uskoi voimistelevansa kilpalinjalla luokassa F ja viisi urheilijaa maajoukkueelinjalla luokassa 5. Telinevoimistelijoiden kysely erosi muista siten, että vaihtoehtoja ”en osaa sanoa” ja ”en usko jatkavani harrastusta niin pitkään” ei ollut lainkaan, joten kaikki urheilijat valitsivat jonkun kilpatason tulevaisuuden näkymäksi.

4.2.4 Muut lajit ja harrastamisen esteet

Muiden lajien harrastaminen

Yksilölajien vastaajista suurin osa kilpaili vain omassa päälajissaan. Selvästi useimmin muita kilpailulajeja oli maastohiihtäjillä, joista kaksi kolmannesta kilpaili vähintään yhdessä muussa lajissa. Pienellä osalla maastohiihtäjistä oli jopa kolme muuta kilpailulajia. Hiihtäjien suosituimpia muita lajeja (mukana myös omaksi huviksi harrastetut) olivat yleisurheilu ja suunnistus. Vähiten päälajin ohella olevia kilpailulajeja oli taitoluisteliijoilla, heillä useimmin harrastuksena jalkapallo ja tanssi. Yleisurheilijat harrastivat useimmin maastohiihtoa ja salibandya, telinevoimistelijat taas yleisurheilua.



Kuvio 16. Muiden lajien harrastaminen yksilölajeittain (%).

Loma lajin harrastamisesta

Lomaa omasta lajistaan yksilöurheilijat olivat pitäneet keskimäärin seitsemän viikkoa viimeisen vuoden aikana. Ilmoitettu loma-aika vaihteli 0 viikosta 52 viikkoon, joten enemmän lomailusta kertoo se, että mediaaniarvo oli neljä viikkoa. Tämä oli sama kaikissa muissa lajeissa paitsi taitoluistelussa kuusi viikkoa. 75 % yksilölajien urheilijoista oli lomailut korkeintaan 8 viikkoa lajistaan.

Harrastamisen esteet

Nuorilta kysyttiin, onko jokin seikka vähentänyt heidän harrastamiseen käyttämänsä aikaa viimeisen 12 kuukauden aikana. Vastausasteikko oli ei lainkaan (arvo 1) – erittäin paljon (arvo 5). Vaihtoehtoina oli 19 erilaista tekijää, loukkaantumisesta seurusteluun ja valmentajan puutteeseen. **Vastauksissa vain sairaus tai loukkaantuminen sai keskiarvokseen yli 2** (voidaan tulkita vastauksena ”vähän”) – reilu kolmannes antoi tekijälle arvon kaksi. Muista tekijöistä eniten harrastusta katsottiin estävän opintoihin panostamisen, heikot harjoitteluolosuhteet paikkakunnalla ja halu harrastaa jotain muuta urheilulajia. Kaiken kaikkiaan harrastamisessa raportoitiin melko vähän esteitä.

5 SOSIAALINEN JA FYYSINEN YMPÄRISTÖ

Urheiluharrastuksen aloittamiseen ja jatkamiseen vaikuttavat lapsen yksilöllisten ominaisuuksien lisäksi sosiaalinen ja fyysinen ympäristö. Lapsen läheiset vaikuttavat omalla toiminnallaan lapsen kiinnostuksen kohteisiin. Toisaalta lapselle välittyy erilaisia arvostuksia esimerkiksi median kautta, jonka kautta urheiluidolit tulevat lapselle todellisiksi. Näitä erilaisia sosiaalistumiseen osallistuvia henkilöitä ja instituutioita sanotaan sosialisatioagenteiksi. Sosialisatitutkimusta on liikunnan parissa tehty runsaasti, ja tutkimuksissa esimerkiksi vanhempien rooli näyttyy kiistatta merkittävänä (ks. esim. Takalo 2004). Fyysinen ympäristö puolestaan toimii harrastuksen mahdollistajana tai estäjänä. Aiemmin raportissa on käsitelty asuinpaikan kokoa ja sen yhteyttä harjoitusmatkoihin (luku 3), tässä yhteydessä keskitytään liikuntapaikkoihin ja erityisesti kodin lähiympäristöön. Kaiken kaikkiaan tarkastelu kohdistuu nuoren urheilijan sosiaaliseen ja fyysiseen ympäristöön mikrotasolla. Tällöin voidaan puhua nuoren urheilijan mikroympäristöstä (ks. esim. Carlson 1988). Tutkimuksessa tarkasteluun on otettu sellaisia tekijöitä, joiden on aiemmissa tutkimuksissa havaittu olevan yhteydessä liikuntaharrastamiseen.

5.1 Vanhemmat ja perhe

Yksilölajien vastaajista 84 % asui perinteisessä ydinperheessä, eli äidin ja isän kanssa. Äidin kanssa asui 8 % yksilölajien vastaajista ja isän kanssa 0,6 % vastaajista. Yhden vanhemman perheet ovatkin huomattavasti harvinaisempia näiden urheilijoiden keskuudessa kuin väestössä keskimäärin, jossa lapsiperheistä yhden vanhemman perheitä on 20 % (Suomen virallinen tilasto 2009).

Lähes kaikilla yksilölajien vastaajilla (95 %) oli sisarus. Vastaajista 16 % ilmoitti, että sisarus harrastaa samaa lajia ja 38 %:lla sisarus harrastaa sekä samaa että muuta lajia. 27 % vastaajista kertoi sisaruksen harrastavan vain jotain muuta lajia ja 13 %:lla sisarus ei harrastanut urheilua.

5.1.1 Vanhempien koulutustaso ja urheilunharrastaminen

Yksilölajeissa nuorten vanhemmilla oli suurimmalla osalla opistotason tai yliopisto- tai korkeakoulututkinto (taulukko 8). Koko väestöstä korkeakoulututkinnon on suorittanut 16 % (Suomen virallinen tilasto 2009), kun yksilöurheilijoiden äideistä sen on suorittanut 35 % ja isistä 28 %. Nuorten urheilijoiden vanhempien koulutustaso on siis selvästi parempi kuin väestön keskimäärin. Koko väestöä koskevat tilastot tosin koskevat kaikkia yli 15-vuotiaita, joista kaikki eivät luonnollisesti ole saavuttaneet vielä omaa korkeinta koulutustasoaan. Jos verrataan väestötilastosta esimerkiksi korkeakoulututkinnon suorittaneiden määrää kaikkiin 25-vuotiaisiin, tulee tutkinnon suorittaneiden osuudeksi 19,5 %, eli urheilijoiden vanhempien koulutustaso näyttyy edelleen parempana. Yksilölajeista vähiten korkeakoulututkintoja oli äitien osalta voimistelijo-

den äideillä (27,8 %) ja isien osalta hiihtäjien isillä (22,8 %). Yksilöurheilijoiden vanhemmista selvästi koulutetuimpia olivat taitoluistelijoiden vanhemmat, joiden äideistä 56 %:lla ja isistä 37 %:lla on korkeakoulu- tai yliopistotutkinto.

Taulukko 8. Yksilöurheilijoiden vanhempien koulutustaso (%), n=497–505.

Koulutustaso	Äiti	Isä
Kansakoulu	0,4	1,6
Keskikoulu tai peruskoulu	3,4	6,3
Ammattikoulu tai vastaava	18,6	31,0
Lukio/ylioppilas	8,5	5,8
Opistotaso	34,5	27,8
Korkeakoulu/yliopisto	34,7	27,6

Yksilölajien urheilijoista lähes kaikkien vanhemmilla on jonkinlainen urheilu- tai kuntoilutausta (taulukko 9). Isän kilpaurheiluharrastus on selvästi yleisempää kuin äidin, joka taas on harrastanut yleisimmin kuntoilumielessä. Äitien kilpaurheilutusta oli yleisempää yleisurheilijoilla (43 %) ja taitoluistelijoilla (42 %) kuin maastohiihtäjillä (34 %) ja telinevoimistelijoilla (24 %). Isien osalta tausta on juuri päinvastoin: isien kilpaurheilutausta oli yleisempää maastohiihtäjillä (62 %) ja telinevoimistelijoilla (61 %) kuin yleisurheilijoilla (57 %) ja taitoluistelijoilla (53%).

Taulukko 9. Yksilöurheilijoiden vanhempien urheilutausta (%), n=500–508.

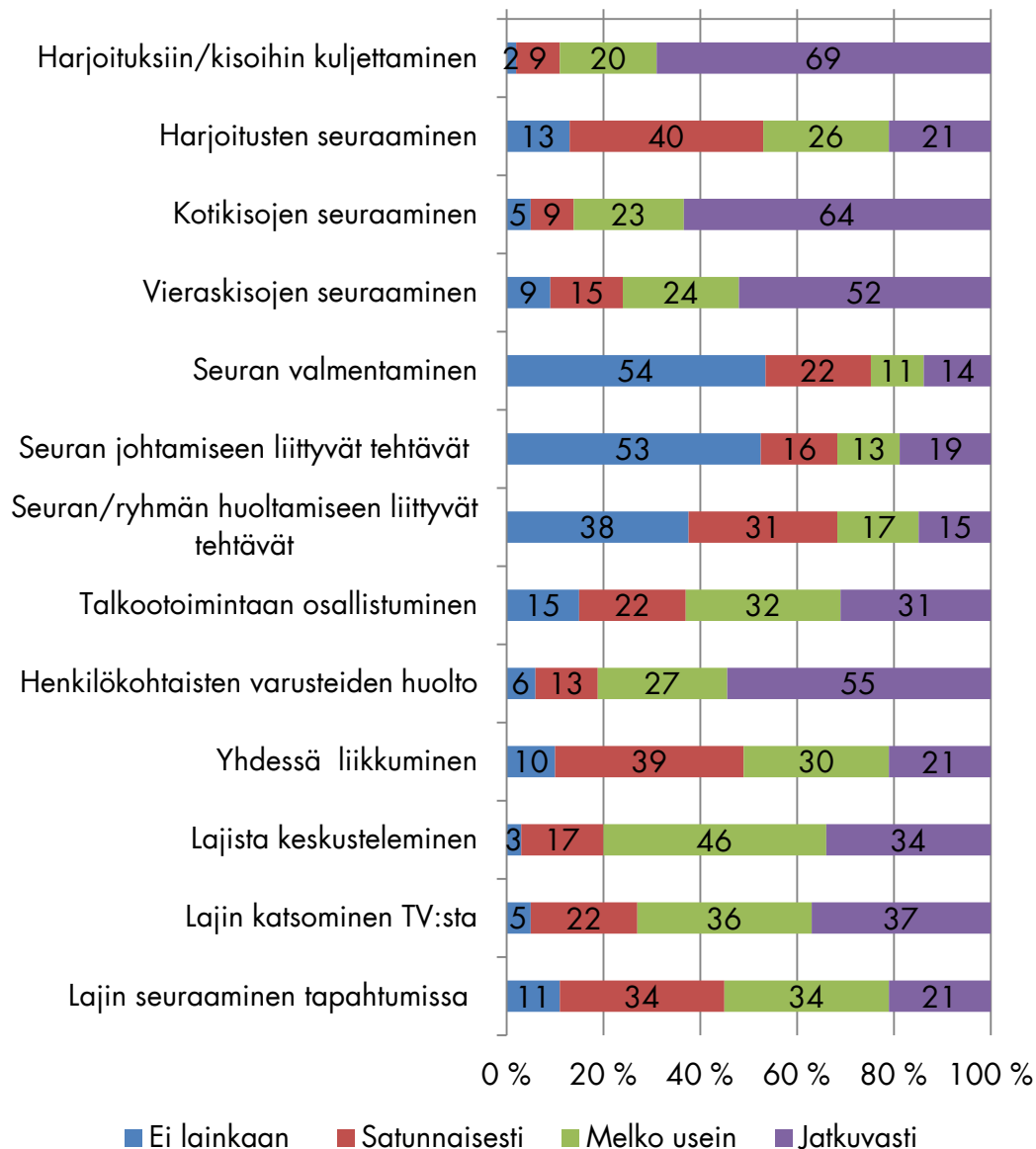
Urheilutausta	Äiti	Isä
Ei ole harrastanut	7,5	5,8
Harrastanut kuntoilumielessä	53,0	36,4
Harrastanut piirikunnallisella tasolla tai alemmilla sarjatasoilla	24,4	34,2
Harrastanut SM-tasolla	12,8	19,8
Harrastanut kansainvälisellä tasolla	2,4	3,8

5.1 2 Vanhempien osallistuminen ja vaikutus nuorten urheiluharrastukseen

Kyselyaineistossa vanhempien osallistuminen lapsen harrastukseen näyttäytyy juuri sellaisena, kuin julkisessa keskustelussakin on esitetty: eniten osallistutaan harjoitukseen ja kisoihin kuljettamiseen (kuvio 17), 89 % jatkuvasti tai melko usein. Kotikisoja seurataan myös aktiivisesti, 87

% ilmoitti vanhempien tekevän niin. Neljällä viidestä vanhemmat myös huoltavat varusteita ja keskustelevat lajista vähintään melko usein.

Vähiten vanhemmat osallistuvat joukkueen tehtäviin: valmentamiseen, johtamiseen ja huoltamiseen. Talkootoimintaan osallistuu 85 % vähintään satunnaisesti, 31 % jatkuvasti. Myös yhdessä liikkuminen ja harjoitusten seuraaminen olivat vähemmän toistuvia osallistumisen muotoja.



Kuvio 17. Yksilöurheilijoiden vanhempien osallistuminen (%), n=507.

5.2 Kaverit ja liikuntapaikat

Nuorilta urheilijoilta kysyttiin, minkälaisia kavereita heillä on ollut kodin lähellä kouluiässä. Yksilölajien urheilijoista valtaosalla (63 %) oli ollut sellaisia kavereita, joiden kanssa pelattiin pihapelejä ja tehtiin muuta kuin liikkumista. Lähes joka viidennellä (18 %) oli ollut vain sellaisia kavereita, joiden kanssa oli harrastettu pihapelejä tai muuta liikuntaa. 7 % vastaajista kertoi kavereiden olevan pääasiassa muiden kuin liikunnallisten tekemisten tiimoilta. Telinevoimisteli-joilla tämä osuus oli 17 %, muilla lähempänä keskiarvoa. Yksilölajien urheilijoista 12 % vastasi, ettei kodin lähellä ole ollut samanikäisiä kavereita. Näin vastanneiden osuus oli suurin yleisurheilijoiden joukossa (14 %) ja pienin telinevoimistelijoiden joukossa (0%). Luku oli keskiarvoisesti suurempi yksilölajien kuin joukkuelajien urheilijoilla.

Yksilölajien urheilijoista 52,4 % vastasi, että kodin lähellä on ollut hyvät liikuntamahdolliset ja he ovat voineet harrastaa sellaista liikuntaa jota ovat halunneet. Reilun kolmasosan (39 %) mielestä liikuntamahdollisuudet ovat olleet kohtalaiset – he olisivat toivoneet joitakin liikuntapaikkoja lisää. 9,3 % vastasi, että liikuntamahdollisuudet kodin lähellä ovat olleet huonot.

Liikuntaan sopivista paikoista oli kouluiässä useimmiten käytetty kodin piha-aluetta (taulukko 10). Yli puolet oli käyttänyt usein myös metsää, pururataa tai hiihtolatua sekä suurta urheilukenttää. Kouluiässä useimmin käytettiin siis ulkoliikuntapaikkoja. Suurimpia sisäliikuntapaikkoja löytyikin vain alle kolmasosan kodin läheltä.

Harrastetut lajit näkyvät luonnollisesti liikuntapaikkojen käytössä. Esimerkiksi maastohiihtäjistä 74 % käytti metsää usein, kun taas taitoluistelijoista niin teki vain 43 %, vaikka molempien lajien urheilijoista 90 prosentilla metsä oli lähellä kotia. Telinevoimistelijat taas käyttivät useammin leikkipuistoa tai toimintapuistoa kuin muun lajin urheilijat. Taitoluistelijoista lähes puolet (46 %) asui jäähallin lähellä, kun muista lajin harrastajista näin oli vain noin neljänneksellä. Oletettavaa siis on, että kodin lähellä olevat liikuntapaikat ovat ohjanneet lajivalintaa. Toisaalta esimerkiksi suuri urheilukenttä oli useammin taitoluistelijoiden ja maastohiihtäjien kuin yleisurheilijoiden kodin lähellä, yleisurheilijat vain käyttivät näitä kenttiä useimmin.

Taulukko 10. Liikuntapaikkojen läheisyys ja käyttö, yksilöurheilijat (%), n=508.

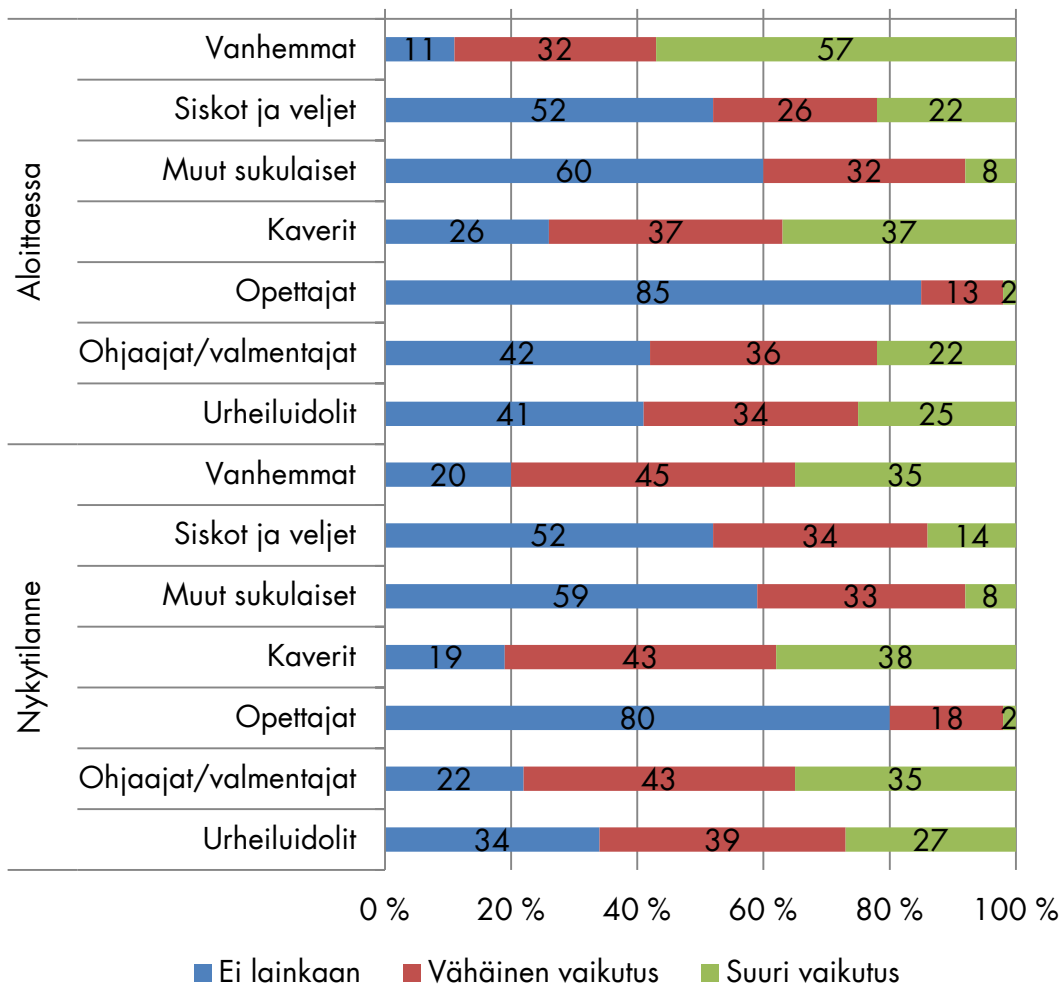
Liikuntapaikka	Liikuntapaikka kodin lähellä	Liikuntapaikan käyttö	
		Usein	Harvoin
Kodin piha-alue	86,4	78,6	21,4
Leikkipuisto tai muu toimintapuisto	61,8	32,3	67,7
Metsä	83,5	53,7	46,3
Pururata tai hiihtolatu	65,0	53,9	46,1
Uimaranta	58,5	45,8	54,2
Hiekkakenttä tai pallokenttä	64,2	33,8	66,2
Liikuntasali	58,8	48,7	51,3
Suuri urheilukenttä tai nurmikenttä	59,3	59,9	40,1
Uimahalli	32,9	17,6	82,4
Monitoimihalli	27,4	27,6	72,4
Jäähalli	27,4	18,2	81,8
Muu (n=31)	6,8	48,4	51,6

5.3 Urheiluharrastukseen vaikuttajat

Urheiluun sosiaalistuminen tapahtuu suurelta osin tiedostamatta, mutta tässä tutkimuksessa haluttiin kysyä myös nuorten omaa arviota siitä, kuinka paljon eri henkilöt ovat vaikuttaneet nuorten kiinnostukseen urheiluharrastusta kohtaan. Tarkastelussa ei siis ole todellinen vaikutus kokonaisuudessaan (tiedostettu ja tiedostamaton vaikutus), vaan nuorten urheilijoiden kokemus vaikutuksesta (tiedostettu vaikutus). Tuloksia tulee tulkita tästä näkökulmasta.

Sekä yksilö- että joukkuelajien tulokset on esitetty kootusti kuviossa 18. Urheiluharrastusta aloittaessa kiinnostukseen vaikuttavat selvästi eniten vanhemmat – yli puolet vastaajista koki, että heillä oli suuri vaikutus. Seuraavaksi eniten vaikuttivat kaverit ja urheiluidolit. Selvästi vähiten vaikutusta oli opettajilla.

Vastaushetkellä, eli 14–15-vuotiaana vaikuttajina kaverit olivat kirineet hiukan vanhempia tärkeämmäksi kiinnostukseen vaikuttajaksi. Lähes vanhempien veroisia vaikuttajia olivat urheiluseuran ohjaajat ja valmentajat, joiden merkitys luonnollisesti kasvaa aloitusvaiheesta, jolloin suhdetta ei ole vielä oikeastaan olemassa. Näiden jälkeen tulevat vaikuttajina urheiluidolit, joilla oli neljäsosaa vastaajia suuri vaikutus. Opettajilla on edelleen vähiten vaikutusta kiinnostukseen kilpaurheiluharrastusta kohtaan – 80 % totesi, ettei opettajilla ole lainkaan vaikutusta. Näyttää siis siltä, että liikunnan opettajien mahdollisuudet vaikuttaa kilpaurheiluoitoitumiseen ovat heikot. Kilpaurheiluun sosiaalistutaan muiden tahojen kuin koulun kautta.



Kuvio 18. Urheiluharrastukseen vaikuttajat, kaikki lajit (%), n=2496–2500.

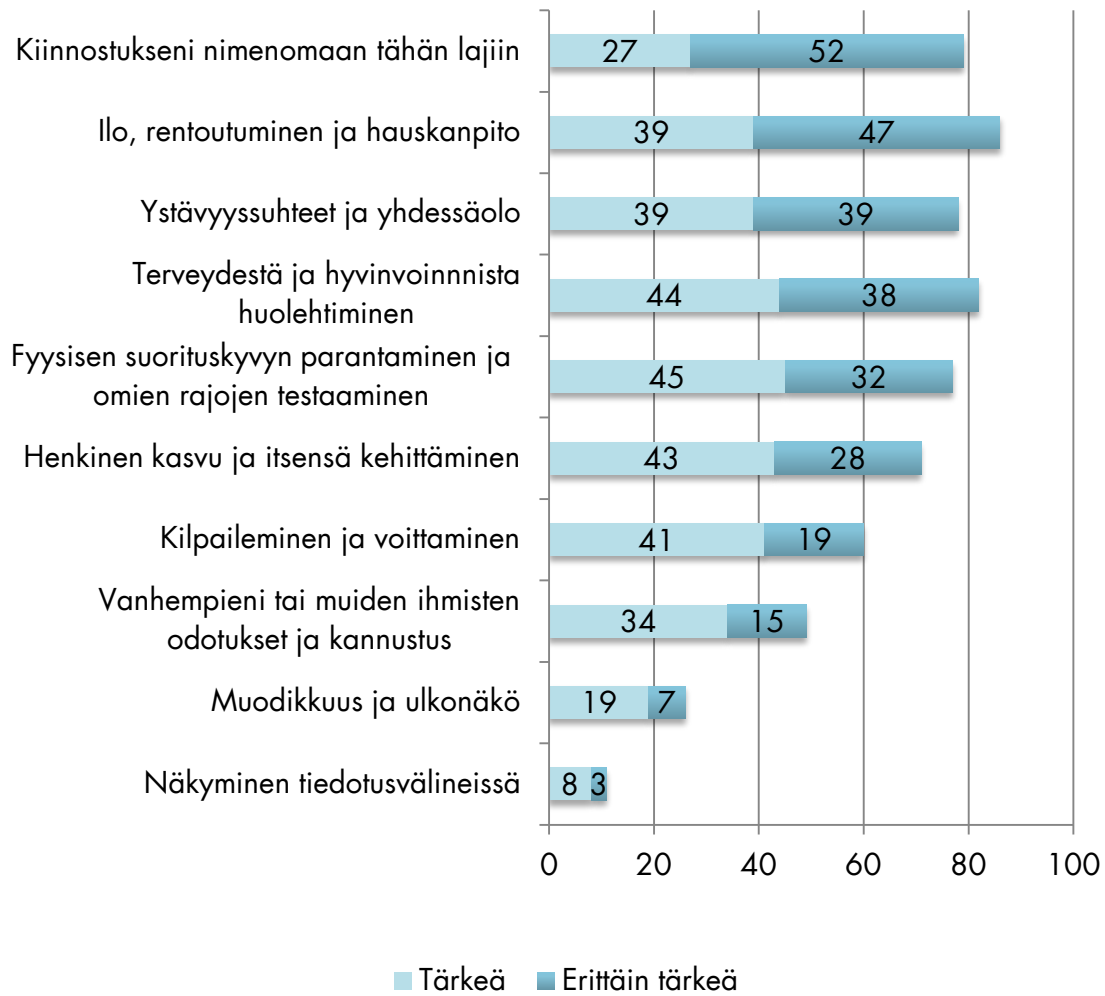
5.4 Urheiluharrastuksen merkitykset

Urheiluharrastuksen motiiveja ja merkityksiä on tutkittu useissa kansallisissa tutkimuksissa. Aina ei ole aivan selvää, milloin on syytä puhua motiiveista ja milloin merkityksistä – kyse on ehkä enemmän eri tieteenalojen termeistä kuin eroista yksilön todellisuudessa. Voidaan ajatella, että motiivit kertovat sen, miksi liikuntaa harrastetaan. Urheilun merkitykset puolestaan kuvaavat niitä asioita, joita urheilussa pidetään tärkeinä, eli kyse on urheilun sisällöllisestä kuvaamisesta.

Nuorten urheilijoiden tutkimuksessa haluttiin selvittää, millaisia merkityksiä nuoret urheiluun liittävät. Tavoitteena oli saada yleisluonteinen kuva merkityksistä, joten erilaisia merkitysulottuvuuksia koostettiin toisista tutkimuksista yhdistäen (ks. Karvonen ym. 2008, Koski & Tähtinen 2005, Lehmuskallio 2007, Zacheus 2008). Näin saatiin kyselyä varten 10 erilaista merkitysulottuvuutta.

Tulokset on esitetty kuviossa 19 siten, että useimmin erittäin tärkeäksi mainittu merkitys on listassa ensimmäisenä. Yli puolet kyselyyn vastanneista nuorista piti urheilussa erittäin tärkeänä kiinnostustaan nimenomaan omaan lajiinsa. Jo tämä on tärkeä tieto – lajikulttuuri on nuorillekin merkityksellinen, eikä urheiluharrastusta tietyssä lajissa välttämättä haluta vaihtaa toiseen. On siis tärkeää, että nuorille löytyy harrastusmahdollisuuksia juuri oman lajinsa parista. Toinen erittäin tärkeä merkitysulottuvuus urheilussa oli ilo, rentoutuminen ja hauskanpito. Tämä ei sinänsä ole yllättävää, onhan kyse nuorten vapaa-ajasta.

Mielenkiintoista on, että kilpaileminen ja voittaminen on tärkeää tai erittäin tärkeää vain 60 prosentille vastaajista. Vähiten tärkeinä asioina koettiin muodikkaus ja ulkonäkö sekä näkyminen tiedotusvälineissä. Toisaalta on huomioitava, että tiedotusvälineissä näkyminen on tärkeää kuitenkin joka kymmenennelle vastaajalle. Julkisuuden tavoittelu tulee varmasti näkymään myös urheilukulttuurissa entistä voimallisemmin.



Kuvio 19. Urheiluharrastuksen merkitykset, kaikki lajit (%), n=2503–2506.

6 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä raportissa on käsitelty nuoriin urheilijoihin kohdistuvan tutkimushankkeen ensimmäisen kyselyn tuloksia. Kysely kohdistettiin vuonna 1995 syntyneisiin jalkapallon, jääkiekon, koripallon, yleisurheilun, maastohiihdon, taitoluistelun ja telinevoimistelun lisenssiurheilijoihin. Raportin tavoitteena on ollut muodostaa yleiskuva nuorista urheilijoista. Tämän raportin tuloksissa käsitellään osin vain joukkuelajien urheilijoita, mutta yhteenvedossa pohditaan tuloksia koko aineiston näkökulmasta.

Kyselyn yhtenä tarkoituksena on ollut hahmottaa urheiluun sosiaalistumista. Miten kilpaurheilijaksi tullaan ja keitä nämä kilpaurheilijat ovat? Aineistossahan on lähtökohtaisesti kyse kilpaurheilusta siinä mielessä, että vastaajina ovat lisenssin lunastaneet urheilijat. Vastaajista lähes 90 prosentilla oli näkemys harrastuksensa jatkumisesta täysi-ikäiseksi asti – vähän yli puolet vastaajista ilmoitti myös tietyn sarjatason. Kansallisen liikuntatutkimuksen 2009–2010 mukaan urheiluseuraharrastajista katoaa 15–18-vuotiaiden ryhmässä noin 40 prosenttia verrattuna edelliseen, 12–14-vuotiaiden ryhmään (ks. Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010, lapset ja nuoret, kuvio 7). Tämän tutkimuksen kyselyn vastaajia voidaankin pitää keskimääräisesti sitoutuneempina urheiluharrastukseensa. Oletetusti kyselyyn vastaavatkin innokkaimmin ne, jotka suhtautuvat myös innokkaimmin varsinaiseen harrastukseen. Vastaaajajoukon voidaan siis katsoa edustavan pääasiassa kilpaurheiluun sitoutunutta harrastajajoukkoa.

Nuoreksi kilpaurheilijaksi kehittymistä on tutkimuksessa tarkasteltu monenlaisten tekijöiden kautta. Sosiaalistuminen hahmottuu sekä ajallisena prosessina varhaislapsuudesta nuoruuteen että erilaisten sosiaaliseen ja fyysiseen ympäristöön kuuluvien tekijöiden kautta, jotka vaikuttavat lapsen ja nuoren urheilupolkuun. Kyselyyn vastaamisen hetkellä ollaan tilanteessa, jossa 14–15-vuotiaalla nuorella on jo tietynlainen suhde urheiluun: oman laji on jo useimmiten valittu, harjoittelu täyttää suuren osan vapaa-aikaa ja urheilulla on tiettyjä sisällöllisiä merkityksiä. Raportissa tuloksia on käsitelty eri aihekokonaisuuksina, mutta tässä yhteenvedossa pyritään hahmottamaan sosiaalistumisen kokonaisuutta ajallisesti etenevänä prosessina. Toki on muistettava, että kyse on yleiskuvasta – sosiaalistuminen ei ole aina kronologinen prosessi vaan siinä voivat tietyt vaiheet ja valinnat toistua myös kehämäisinä kokonaisuuksina. Kronologinen tarkastelu kuitenkin linkittyy siihen, että kilpaurheilussa ikä nähdään yhtenä raamittavana tekijänä ikäluokkasarjojen kautta. Kronologinen ikä vaikuttaa myös lapsen ja nuoren elämäntilanteeseen esimerkiksi koulumaailman välityksellä.

Varhaislapsuus – aika ennen kouluikää – on leimallisesti leikin aikaa. Lähes kaikki tutkimuksen vastaajat olivat leikkineet pihapelejä tai muita liikunnallisia leikkejä. Jopa 73 % vastaajista oli ennen kouluikää osallistunut myös urheiluseuran järjestämiin liikuntaharrastuksiin. Seuratoimintaan sosiaalistutaan siten varhain. Pelkästään pihaleikkeihin osallistuneiden osuus oli selvästi suurin tyypillisissä myöhäisen erikoistumisen lajeissa, joita harrastetaan suhteellisesti enemmän maaseudulla kuin muita lajeja - yleisurheilussa ja hiihdossa. Aikaisen erikoistumisen lajeissa,

eli taitoluistelussa ja telinevoimistelussa, oman lajin harrastaminen seurassa aloitetaan keskimäärin jo ennen kouluikää. Muissa lajeissa oma laji on aloitettu useimmiten vasta alakouluikästä. Varhaislapsuuden seurassa harrastaminen voi siis olla eri lajien kokeilua tai liikkumista urheiluseurojen järjestämässä yleisliikunnallisissa ryhmissä.

Alakouluikä on yleisesti urheiluseuraharrastamisen vilkasta aikaa. Tutkimusaineiston mukaan oman lajin harrastaminen aloitetaan yleisimmin 7–8-vuotiaana. Taitoluistelu ja telinevoimistelu aloitetaan kuitenkin jo ennen kouluikää, ja aineistossa koripallon ja yleisurheilun harrastaminen oli aloitettu keskimäärin 8,6-vuotiaana. Omalla lajilla tarkoitetaan tässä sitä lajia, jota harrastetaan vielä 15-vuotiaanakin ja jonka puitteissa vastaajat olivat saaneet kyselyn.

Harrastajien urheilupolut lähtevät eriytymään jo alakouluikässä. Yksilölajeissa erottuvat selvästi nk. varhaisen erikoistumisen lajit – taitoluistelu ja telinevoimistelu- myöhäisen erikoistumisen lajeista eli yleisurheilusta ja maastohiidosta. Yleisurheilijoista 21 % ja maastohiittäjistä 39 % oli alakouluikässä valinnut päälajinsa, kun taas taitoluistelijoista näin oli tehnyt 89 % ja telinevoimistelijoista 78 %. Tosin taitoluistelijoista ja telinevoimistelijoistakin vain vajaa puolet harrasti vain päälajiaan, joten erilaisten sivulajien harrastaminen alakouluikässä on vielä yleistä. Joukkuelajien urheilijoista 67 % oli valinnut jo alakouluikässä päälajinsa, mutta vain 28 % harrasti pelkästään päälajiaan.

Harrastusta aloittaessa suurimmaksi kiinnostukseen vaikuttajaksi koetaan omat vanhemmat, 57 % vastaajista koki vanhempien vaikutuksen suurena. Seuraavaksi suurin vaikutus oli kavereilla, sitten urheiluidoleilla ja seuran ohjaajilla ja valmentajilla. Vastaajista 86 prosentilla olikin kouluaikana ollut kodin lähellä kavereita, joiden kanssa he olivat tehneet liikunnallisia asioita. Kavereiden vaikutus nähdään pienimpänä perinteisissä maaseutulajeissa, yleisurheilussa ja maastohiidossa. Sisarusten vaikutus koettiin yleisesti melko pienenä – yli puolet koki, ettei heillä ollut lainkaan vaikutusta. Kuitenkin koko vastaajajoukosta 76 prosentilla oli sisarus, joka harrastaa urheilua, ja peräti 45 prosentilla sisarus, joka harrastaa samaa lajia kuin vastaaja itse. Sisarusten välisiä vaikutussuhteita ei aineistosta voi päätellä, koska sisarusten ikä ei ole tiedossa. Lisäksi tutkimuksen nuorten urheilijoiden isistä jopa 20 % ja äideistä 10 % oli harrastanut kilpaurheilua SM-tasolla tai kansainvälisellä tasolla. On selvää, että perhesuhteet ohjaavat vahvasti urheiluharrastuksen aloittamista ja lajivalintaa. Tämä tutkimus vahvistaa myös sitä näkemystä, että sosioekonomisella taustalla on merkitystä – lisenssiurheilijoiden vanhemmat ovat koulutetumpia kuin väestö keskimäärin.

Urheiluharrastus kytkeytyy monia muita harrastuksia vahvemmin fyysisen ympäristön mahdollisuuksiin. Vastaajista 59 % koki, että liikuntamahdollisuudet kodin lähellä ovat kouluikäisenä olleet hyvät, 34 % piti niitä kohtalaisena ja 7 % huonoina. Tyytyväisimpiä liikuntamahdollisuuksiin ovat olleet jääkiekkoilijat ja selvästi tyytymättöimpiä olivat telinevoimistelijat. Kouluikässä useimmin käytettiin ulkoliikuntapaikkoja. Palloilulajien harrastajat käyttivät useimmin erikokoisia kenttiä, kun taas yksilölajien urheilijat urheilukenttien lisäksi myös metsiä sekä puru-

ratoja ja hiihtolatuja. Lähiliikuntapaikat näyttävät olevan tärkeitä myös nuorten urheiluharrastuksen kannalta.

Lajivalinnan näkökulmasta **yläkouluikä** näyttäytyy vaiheena, jolloin keskitytään jo päälajiin. Joukkuelajien urheilijoista 95 % on yläkouluikässä valinnut päälajinsa ja yksilölajien urheilijoista 81,5 %. Joukkuelajeissa kuitenkin 37 % vastaajista kilpaili myös sivulajissa tai harjoitteli omatoimisesti jotakin muuta kuin päälajiaan. Yksilölajeissa näin teki 53 % – yleisurheilijoista ja maastohiihtäjistä kilpaili sivulajissa noin puolet vastaajista ja telinevoimistelijoista sekä taitoluistelijoista vain reilu kymmenesosa. Toisinpäin tarkasteltuna on pantava merkille, että joukkuelajien urheilijoista 58 % harjoitteli vain päälajiaan, yksilölajien urheilijoista 29 % (taitoluistelijoista 76 % ja yleisurheilijoista ja maastohiihtäjistä noin 20 %). Yleisesti on keskusteltu paljon erikoistumisen ajoituksesta ja monipuolisesta harjoittelusta – lajin parissa onkin hyvä pohtia, ovatko viimeksi mainitut tulokset tarkoituksenmukaisia ja mitä toimenpiteitä ne vaativat. On hyvä kuitenkin muistaa, etteivät yhteen lajiin panostaminen ja yksipuolinen harjoittelu tarkoita välttämättä samoja asioita, kuten eivät monipuolinen harjoittelu ja usean lajin harrastaminenkaan.

Vastaajien harjoitusmäärät vaihtelevat selkeästi lajeittain. Jalkapalloilijat, koripalloilijat, yleisurheilijat ja maastohiihtäjät harjoittelevat keskimäärin 6–7 kertaa viikossa, yleisimmin hieman alle 10 tuntia. Seuraavaksi eniten harjoittelevat jääkiekkoilijat, 8–9 kertaa ja noin 10–11 tuntia viikossa sekä taitoluistelijat 11–12 kertaa ja noin 12–13 tuntia viikossa. Eniten harjoittelevat telinevoimistelijat, joilla harjoitusmäärä on tunteina noin 15–17 tuntia, vaikka yksittäisiä harjoituskertoja kertyykin vain 8–9. Jääkiekkoilijoilla ja taitoluistelijoilla korostuvat muita enemmän oheisharjoitteet, mihin vaikuttaa varmasti jääajan rajallinen saatavuus. Maastohiihtäjien harjoitteluun sisältyy eniten sekä omatoimista harjoittelua että muiden lajien harjoittelua.

Yläkouluikässä harjoitteluun kuluu yhä enemmän aikaa ja nuorten vapaa-ajasta kilpailevat monet muut toiminnot kuin urheiluharrastukset. Lisenssiurheilijoiden tutkimuksessa suurimpana harrastukseen käytetyn ajan vähentäjänä nähdään kuitenkin selkeästi loukkaantuminen. Oletettavasti vastaajajoukossa on mukana keskimääräistä sitoutuneempia harrastajia, koska vastoin käymisiä tai harrastusta rajoittavia tekijöitä ei juuri koeta olevan. Loukkaantumisen ohella eniten ajankäyttöä harrastamiseen rajoittaa opintoihin panostaminen, sekin vain vähäisesti.

Yläkouluikässä eri sosialisaatioagenteista kaverit vaikuttavat eniten kiinnostukseen urheiluharrastusta kohtaan. Vanhemmilla on kuitenkin edelleen tärkeä rooli, kuten myös ohjaajilla ja valmentajilla. Myös urheiluidolit nähdään yhtenä vaikuttavana tekijänä. On hyvä huomioida, että vaikka kaverit ovatkin ykköspaikalla, on lähiaikuisilla yhdessä merkittävä rooli urheiluharrastuksessa. Tämä näkyy myös siinä, että puolet vastaajista piti vanhempien tai muiden ihmisten kannustusta tärkeänä tai erittäin tärkeänä asiana urheilussa. Opettajien rooli näyttäytyy kuitenkin hyvin vähäisenä, joten kilpaurheiluun sosiaalistutaan muuta kautta kuin koulumaailmassa.

Koska yläkouluiässä kiinnostus urheiluharrastukseen on jo useimmiten joko syntynyt tai jäänyt syntymättä, sekä pääalajikin useimmiten valittu, muuttuu vanhempien rooli harrastukseen tuoppaajasta enemmän sen mahdollistajaksi. Tutkimustuloksissa vanhempien rooli ei yllätä – eniten osallistutaan harjoitukseen, peleihin ja kisoihin kuljettamiseen (89 % vanhemmista vähintään melko usein). Nuorista urheilijoista 44 % ilmoitti kulkevansa pääasiassa auton kyydissä harjoitukseen, ja myös muiden kulkutapojen ohella autolla kulkeminen vaikuttaa erittäin yleiseltä. Seuraavaksi eniten vanhemmat osallistuvat seuraamalla kotikisoja ja -pelejä. Vähiten osallistutaan joukkueen valmentamiseen, johtamiseen ja huoltamiseen liittyviin tehtäviin. Talkootoimintaan osallistuu vähintään melko usein reilu 60 prosentin vastaajan vanhemmista. Vanhempien verraten suuri rooli sekä kiinnostukseen vaikuttajana että harrastuksen mahdollistajana on kilpaurheilussa sekä resurssi että haaste – miten mahdollistaa myös niiden nuorten kilpaurheilupyrkimykset, joiden vanhemmat eivät juuri halua tai pysty osallistumaan harrastukseen? Lisäksi on otettava huomioon, että vanhempien panos nuoren harrastuksessa kulminoituu pitkälti sellaisiin asioihin, jotka eivät ole näkyvästi seuratoiminnan hyväksi tekemistä: kuljettamiseen, kisojen ja pelien seuraamiseen ja kannustamiseen, lajin seuraamiseen televisiosta ja siitä keskusteleminen sekä varusteiden huoltoon. On hyvä pohtia, millaisiin urheiluseuran vapaaehtoistehtäviin etenkin monilapsisissa perheissä vanhemmilla on ylipäättään mahdollisuus vielä osallistua.

Kyselyyn vastanneilla lisenssiurheilijoilla on noin seitsemän vuoden harrastustausta kyseisessä lajissa. Se tarkoittaa puolta nuorten eletystä elämästä. Tämä näkyy harrastuksen merkityksissä: yli puolet vastaajista ilmoitti, että urheiluharrastuksessa erittäin tärkeää on heidän kiinnostuksensa nimenomaan kyseessä olevaan lajiin. Tietynlainen lajirakkaus ei ole siis ominaista vain pitkän linjan seura-aktiiveille tai huippu-urheilijoille. 86 % nuorista ilmoitti, että harrastuksessa tärkeää tai erittäin tärkeää on ilo, rentoutuminen ja hauskanpito. Tärkeitä merkitysolottuvuuksia löytyikin tutkimuksessa monia. Kilpaileminen ja voittaminen oli tärkeää tai erittäin tärkeää 60 %:lle vastaajista, 2 % vastasi, ettei se ole lainkaan tärkeää. Nuorten seuratoiminnassa on tärkeää tunnistaa nämä erilaiset merkitysolottuvuudet, nehan eivät ole toisiaan poissulkevia. Yksilöllisyyttä korostavassa kulttuurissa erilaisten tavoitteellisuuksien huomioiminen on myös toiminnan elinehto.

Tässä tutkimusraportissa on kerrottu Nuori Urheilija -tutkimushankkeen ensimmäisen kyselyn tuloksista. Raportti havainnollistaa erityisesti lajitoimijoille sitä todellisuutta, jossa lajin nuoret kilpaurheilijat toimivat. Tutkimustulokset myös kertovat siitä, miten erilaisia urheilupolkuja ja harrastajia yhden lajinkin sisältä löytyy. Tulokset ovat hyvä tausta-aineisto keskustelulle lajin nuorisourheilun kehittämisestä.

*Lisätietoa tutkimushankkeesta KIHUn www-sivuilta:
<http://www.kihu.fi/projektit/tutkimus/index.php?id=136>.*

LÄHTEET

Carlson, R. (1988). The Socialization of Elite Tennis Players in Sweden: An Analysis of the Players' Backgrounds and Development. *Sociology of Sport Journal* 5, 241–256.

Côté, J. (1999). The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport. *The Sport Psychologist* 13, 395–417.

Côté, Jean; Macdonald, Dany, J.; Baker, Joseph & Abernethy, Bruce (2006). When "where" is more important than "when": Birthplace and birthdate effects on the achievement of sporting expertise. *Journal of Sports Sciences* 24, 1065–1073.

Côté, J.; Baker, J. & Abernethy, B. 2007. Practice and Play in the Development of Sport Expertise. Teoksessa R. Eklund & G. Tenenbaum (toim.) *Handbook of Sport Psychology*. 3. painos. Hoboken, NJ: Wiley, 184–202.

Curtis, James E & Birch, Jack S. (1987). Size of Community of Origin and Recruitment to Professional and Olympic Hockey in North America. *Sociology of Sport Journal* 4, 229-244.

Fraser-Thomas, J.; Côté J. & Deakin J. 2008. Examining Adolescent Sport Dropout and Prolonged Engagement from a Developmental Perspective. *Journal of Applied Sport Psychology* 20, 318–333.

Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010. Lapset ja nuoret. Helsinki: SLU:n julkaisusarja 7/2010.

Karvonen, T.; Rahkola, A. & Nupponen, H. 2008. "En ole liikunnallinen tyyppi" - sanoo aiempaa useampi kouluikäinen. *Liikunta & Tiede* 45 (6), 8–12.

Koski, P. & Tähtinen, J. 2005. Liikunnan merkitykset nuoruudessa. *Nuorisotutkimus* 23 (1), 3–21.

Kyttä, Marketta (2002). Affordances of children's environments in the context of cities, small towns, suburbs and rural villages in Finland and Belarus. *Journal of Environmental Psychology* 22 (1–2), 109–123.

Lehmuskallio, M. 2007. Liikuntakulutus kaupunkilaislasten ja -nuorten liikuntasuhteessa. *Turun yliopiston julkaisuja C* 163.

Strachan L.; Côté, J. & Deakin, J. (2009). "Specializers" Versus "Samplers" in Youth Sport: Comparing Experiences and Outcomes. *The Sport Psychologist* 23, 77–92.

Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet [verkkojulkaisu]. ISSN=1798-3215. Vuosikatsaus 2009, Liitetaulukko 11. Lapsiperheet alle 18-vuotiaiden lasten

määrän ja perhetyypin mukaan 31.12.2009. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 28.4.2011].
Saantitapa: http://www.tilastokeskus.fi/til/perh/2009/02/perh_2009_02_2010-11-30_tau_011_fi.html.

Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestön koulusrakenne [verkkojulkaisu].
ISSN=1799-4586. 2009, Liitetaulukko 3. Perusasteen jälkeisiä tutkintoja suorittanut väestö
koulutusalan ja -asteen mukaan 2009. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 24.3.2011].
Saantitapa: http://www.tilastokeskus.fi/til/vkour/2009/vkour_2009_2010-12-03_tau_003_fi.html.

Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestörakenne [verkkojulkaisu].
ISSN=1797-5379. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 24.3.2011]. Saantitapa:
<http://tilastokeskus.fi/til/vaerak/>.

Takalo, S. 2004. Kuka minua liikuttaa? Sosiaalisen ympäristön koettu merkitys 10–12-
vuotiaiden lasten liikunta-aktiivisuuteen. Likes: Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 163.

Tilastokeskus 2011. Henkilökohtainen tiedonanto, Markus Rapo. Väestötilastot: Vuonna 1995
syntyneet henkilöt syntymäkuukauden ja sukupuolen mukaan 31.12.2010.

Zacheus, T. 2008. Luonnonmukaisesta arkiliikunnasta liikunnan eriytymiseen : suomalaiset lii-
kuntasukupolvet ja liikuntakulttuurin muutos. Turun yliopisto.

Zacheus, T. 2009. Liikunnan merkitykset vuosina 1923–1988 syntyneiden suomalaisten nuor-
ruudessa. Liikunta & Tiede 46 (6), 34–40.